







VORWERK

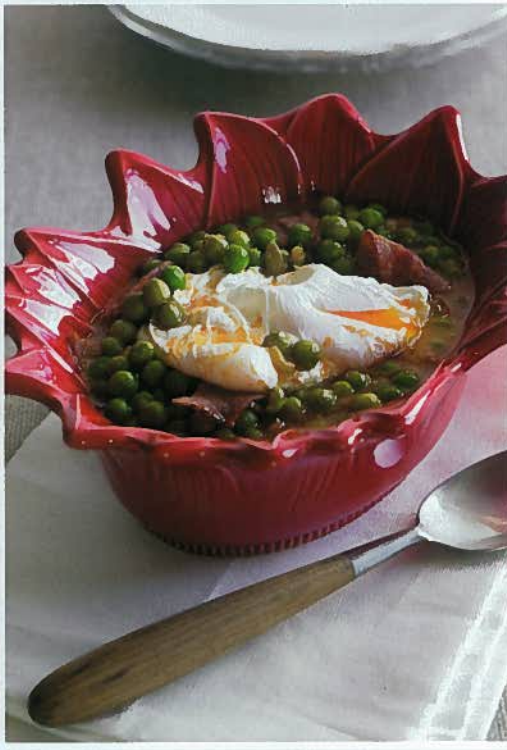
O nosso melhor para a sua família

BIMBY

As receitas essenciais

Bebidas · Gelados · Entradas · Massas
Acompanhamentos · Peixe e Marisco
Carnes · Vegetariano · Sobremesas
e ideias para os mais novos

Bimby









VORWERK

O nosso melhor para a sua família

BIMBY

As receitas essenciais

Bebidas · Gelados · Entradas · Massas
Acompanhamentos · Peixe e Marisco
Carnes · Vegetariano · Sobremesas
e ideias para os mais novos

Bimby



A Bimby em Portugal 10 anos a pensar em si

Passaram 10 anos desde a publicação do primeiro livro de cozinha Bimby em versão Portuguesa. Esta caminhada permitiu-nos olhar para trás e perceber o quanto já tínhamos percorrido e a direcção que queremos continuar a seguir. É a mesma de há 10 anos atrás. Nada se alterou. O rumo é a satisfação máxima dos nossos clientes.

Com esta certeza dentro de nós, preparámos, com enorme dedicação, o livro que tem nas mãos e que acompanha a sua Bimby. Todas as receitas aqui incluídas, foram testadas pelo nosso Departamento de Desenvolvimento de Receitas e pensadas de forma a simplificar o dia-a-dia de quem tem de cumprir a difícil tarefa de cuidar de uma alimentação saudável.

Com este manual será fácil, em pouco tempo, adaptar as suas próprias receitas à Bimby e compreender todas as vantagens de se ter juntado ao mundo de utilizadores Bimby. Depressa perceberá, como é agradável terminar a preparação de um jantar e olhar para uma cozinha praticamente arrumada! Perceberá, também, que pode fazer muito, com muito pouco, pois a Bimby, é óptima para grandes aproveitamentos. Perceberá, ainda, que pode confeccionar em casa quase tudo, do pão aos iogurtes, das caipirinhas às sobremesas, de um tradicional prato português a um gratinado, de uma refeição cheia de calorias a um peixe ao vapor com ervas aromáticas, de uma festa infantil cheia de cor a um lanche escolar de qualidade. No fim, é só comparar os preços do que poupou, com o quanto gastaría se não tivesse tomado esta decisão. Faça as contas e congratule-se, pois a Bimby é um investimento que se paga a si próprio.

Diz-se vulgarmente que a nossa saúde reflecte aquilo que comemos. Por isso, temos a certeza que a sua decisão de adquirir a Bimby, passou pela necessidade de querer o melhor para si e para a sua família. Deste lado, deixa-nos com a convicção de que, em linha com o lema da Vorwerk Internacional, continuamos a trabalhar para levar "O nosso melhor para sua família".

BEM VINDO, ENTÃO, AO MUNDO BIMBY!

Isabel Padinha
DIRECTORA COMERCIAL, VORWERK PORTUGAL



1.
Cozinhar com a Bimby

Começa aqui *a sua descoberta de uma forma completamente nova de estar na cozinha. Ao longo deste livro vai encontrar dezenas de receitas, para aprender a fazer entradas, molhos, pratos de peixe e carne, sobremesas, sumos e até refeições vegetarianas. Ao mesmo tempo, vai encontrar aqui as dicas certas para que possa utilizar a sua Bimby correctamente e para que consiga evoluir no tipo de receitas que quer experimentar.*

Neste primeiro capítulo, recordamos-lhe o que é a Bimby, como funciona e os tipos de utilização que permite. Explore, recrie-se, divirta-se. E se tiver alguma dúvida, não hesite. Estamos sempre à disposição.

Tecnologia Alemã ao serviço de uma cozinha mais criativa...

A Bimby ocupa pouco espaço e tem lugar em qualquer cozinha. Além da qualidade, como electroméstico de alta tecnologia, o seu design é contemporâneo e muito agradável. Estas e outras características, que terá a oportunidade de descobrir, fazem da Bimby a companheira ideal para uma cozinha fácil, rápida, saudável e, sobretudo, económica.



1 Varoma
É o acessório que permite cozinhar a vapor, o que pode ajudar a tornar a sua alimentação mais saudável.

2 Monitor digital
Permite verificar o tempo e a temperatura de forma fácil, para que as suas receitas resultem na perfeição.

3 O copo misturador,
com capacidade para 2 litros, é onde vai misturar os ingredientes e poder cozinhar, fazer os seus sumos, gelados, doces, etc.

4 Temperatura
O selector de temperatura permite cozinhar com temperaturas controladas a partir dos 37° até aos 100° graus e a vapor.

5 Temporizador
Para programar com rigor os minutos de cozedura indicados para cada receita.

6 Velocidades
O selector de velocidades permite triturar os ingredientes ou simplesmente envolvê-los, como se estivesse a utilizar uma simples colher (de 40 a 10.000 rotações por minuto).

7 Amassar
Função que lhe vai permitir fazer massas para tartes, bolos, pão, etc. E sem qualquer esforço.

8 Colher inversa
Para envolver os alimentos e cozinhar sem os triturar. Permite desfiar carne, fiambre e delícias do mar.

9 Velocidade Turbo
...muito poderosa, é capaz de triturar os alimentos. Por exemplo, reduz os cristais de açúcar a pó em poucos segundos.

10 Balança
Permite pesar os ingredientes sequencialmente à medida das suas necessidades.

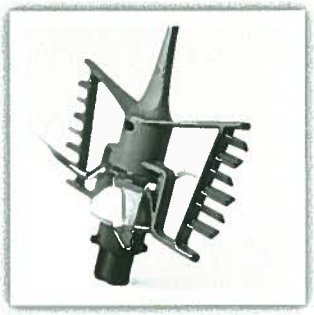
Poucos acessórios Muitas utilizações

A Bimby executa todas as tarefas necessárias à preparação de qualquer refeição com grande facilidade.



Cesto de cozedura
Óptimo para cozinhar alimentos delicados e para coar sumos de fruta e vegetais.

A Borboleta
O acessório borboleta é ideal para preparar molhos, mousses, claras em castelo ou chantilly.





A Lâmina
A lâmina é de aço inoxidável de alta resistência. Pode ser desmontada para que seja bem lavada. Inclusive, pode colocá-la na máquina de lavar loiça juntamente com os talheres.

A Espátula
Mesmo enquanto está a cozinhar é o único instrumento que permite o acesso ao copo misturador com toda a segurança.





Copo Medida
Serve a função de tampa do copo de mistura evitando que os alimentos possam transbordar durante a cozedura. Como o nome indica serve também de medida. Cheio corresponde a 100 ml de líquidos.

TEM ALGUMA DÚVIDA SOBRE A **BIMBY**? CONSULTE O MANUAL DE INSTRUÇÕES OU FALE CONNOSCO. LIGUE **800 500 202**

Antes de começar, lembre-se que...

Para começar a cozinhar na sua Bimby, tem apenas de adaptar-se a alguns procedimentos muito simples.

- Um boa receita depende de bons ingredientes. A sua qualidade pode influenciar os tempos de trituração ou de cozedura indicados.
- Neste livro, as indicações de quantidades referem-se a ingredientes já preparados (por ex: batatas já descascadas ou pepinos lavados e sem sementes).
- As ervas aromáticas podem ser picadas mais facilmente se forem previamente secas em papel de cozinha.
- Nas receitas, referimo-nos a ovos de tamanho médio (aprox. 60 g) e a farinha de trigo.
- Falta-lhe um ingrediente? O seu regime alimentar proíbe certos alimentos? Faça substituições à vontade. Para legumes mais tenros, aumente dois minutos o tempo de cozedura.
- Pode substituir os ingredientes indicados nas receitas. Por exemplo, peito de peru em vez de peito de frango; presunto em vez de bacon; natas de soja em vez de natas, etc.
- Guie-se pelos tempos de cozedura apresentados, que podem variar de acordo com a qualidade, estado de maturação dos ingredientes e refrigeração dos mesmos.
- O planeamento é importante. Se decidir, no fim-de-semana, os menus que pretende cozinhar durante a semana vai economizar tempo. Esse planeamento também vai permitir-lhe preparar os ingredientes antecipadamente. Antes das compras, crie uma lista e use como orientação as quantidades indicadas neste livro. Ao preparar as receitas, deve guiar-se por uma receita semelhante e adaptar a lista de ingredientes.

É fácil cozinhar com a Bimby Venha daí...

Comece por colocar a Bimby sobre uma superfície limpa, plana, estável e que não aqueça. Assegure-se, também, que dispõe de algum espaço livre no topo, para que possa aplicar o acessório Varoma. Já está? Então, agora é tempo de começar. Siga estes passos e tudo correrá bem.

A preparação:

1–3 Ao preparar as suas próprias receitas, comece por organizar com rigor a ordem dos diversos passos que vão suceder-se. Sobretudo nas primeiras vezes que cozinhar com a Bimby este aspecto vai ser muito útil. Depois, lembre-se que a sequência da receita terá mais sucesso se os ingredientes já estiverem devidamente preparados e prontos a confeccionar.

Pesar e iniciar uma receita:

4 Comece por colocar o copo misturador, tendo o cuidado de verificar que fica na posição correcta. Não force o encaixe das peças. Uma vez na posição correcta todas as peças da Bimby encaixam sem esforço. Verifique também se o copo misturador está sempre bem limpo e seco, sobretudo se quiser moer, picar ou ralar. Este aspecto é importante, pois um copo parcialmente sujo pode prejudicar o resultado da receita.

5–6 Com o copo misturador devidamente aplicado, pressione o botão à direita do mostrador. Vai ouvir um sinal e no mostrador aparece «0.000», assim como o símbolo da balança. A partir desse momento, tudo o que for colocado dentro do copo será pesado. Coloque os ingredientes um a um pressionando, de cada vez, o botão da balança, que assim voltará «a zeros». Tenha cuidado para não exceder a capacidade máxima de 2 litros.

7 Com todos os ingredientes no copo de mistura, feche-o – ...a menos que haja outras instruções – e coloque o copo de medida no bocal da tampa. Programe os botões e o selector de velocidade da Bimby na seguinte sequência: tempo, temperatura e nível de velocidade – possivelmente no modo velocidade inversa. Ao bater massa, seleccione o tempo, ajuste o selector de velocidade para e pressione o botão.

Cozinhar com a Varoma:

8–10 Adicione água e sal ou o caldo que tem no copo de mistura – a quantidade de líquido varia de receita para receita. Regra geral, para as suas próprias receitas, fique com a noção de que **30 minutos de cozedura ao vapor exigem 500 g de água** (com arroz 1000 g); para cada 15 minutos adicionais são necessários mais 250 g. Pode colocar em simultâneo o cesto no copo e, dentro deste, os ingredientes – podem ser batatas, arroz ou outros ingredientes da receita que exijam uma cozedura mais prolongada. Feche o copo.

Para usar o tabuleiro da Varoma, coloque-o dentro da Varoma e aplique a tampa. Esta deve ficar bem fechada para evitar perdas de vapor que prejudicam o sucesso do processo de cozedura. Depois, aplique a Varoma sobre a tampa do copo – sem copo de medida – de modo que fique bem encaixado.

Ligue a Bimby. Quando os alimentos estiverem prontos ou se for necessário verificar o seu grau de cozedura, coloque o selector de velocidade na posição de tampa fechada ou tampa aberta. Em seguida, levante a tampa da Varoma com cuidado, pois o vapor de água pode queimar! Tenha o cuidado adicional de levantar a tampa pelo lado contrário ao do seu corpo.

11–15 Coloque os ingredientes no recipiente Varoma (caso seja necessário, com o respectivo tabuleiro). Verifique se algumas ranhuras ficam livres, para que o vapor de água possa circular livremente.

O recipiente Varoma e o tabuleiro podem ser untados, evitando que carne, peixe, massas ou outros alimentos fiquem pegados à superfície. Pode ainda optar por embrulhar os alimentos em papel vegetal humedecido ou em folha de alumínio. Desta forma vai assegurar-se de que estes ingredientes não perdem os seus sucos.

A preparação de uma receita



1


2


3

Pesar e iniciar


4


5


6


7

Cozinhar com a Varoma


8


9


10


11


12


13


14


15

Utilize bem todas as peças

A Bimby é um electrodoméstico de tecnologia alemã, aperfeiçoado e testado ao longo de décadas. Utilize bem todos os acessórios, pois foram estudados e pensados para facilitar o acto de cozinhar.

1 Utilize a espátula para baixar os alimentos até à altura da lâmina. O disco de segurança – na própria espátula – assegura que não há perigo de tocar na lâmina.

2 A tampa da Varoma pode ser virada ao contrário, para recolha de líquidos do recipiente e tabuleiro Varoma.

3 O cesto pode ser retirado do copo de mistura ainda quente. Basta que utilize a ranhura da espátula.

4 O cesto também pode ser utilizado como coador.

5 Para reduzir a quantidade de líquido, de modo a apurar um molho ou uma compota, aplique – sobre a tampa do copo – o cesto - em vez do copo de medida. Desta forma, apesar de permitir a entrada de ar, evitará que os líquidos salpiquem.

6 Colocando 70 g de água no copo de medida, ou fixando o mesmo com a mão, evita-se que vibre enquanto os líquidos (por ex. azeite) escorrem para dentro do copo de mistura.



Muitas funções ao seu serviço

Não é por acaso que lhe dizemos que a Bimby é o seu braço direito na cozinha. Confirme aqui tudo o que a Bimby pode fazer:

1. Pesar os ingredientes

Antes de pesar o primeiro ingrediente da receita, ajuste a balança para «0.000» pressionando o botão de pesagem. Depois, coloque os ingredientes no copo de mistura ou na Varoma.

Se pressionar o botão da balança e colocar novos ingredientes, de forma sucessiva, pode continuar a pesar todos os ingredientes da sua receita – a balança da Bimby, apesar de manter todos os ingredientes dentro do copo, permite pesá-los individualmente, o que é uma enorme vantagem.

Atenção: Nunca encha excessivamente o copo de mistura ou a Varoma.

2 Para misturar

Com a Bimby é muito simples misturar ingredientes. Por exemplo, a velocidade 2–4 é própria para massa de panquecas, marinadas e bebidas, em quantidades de 100 g até um máximo de 2000 g.





3. Emulsionar

Para preparar maioneses e molhos, mistura-se óleo ou azeite com um emulsionante (por exemplo, gema de ovo, leite ou extracto de soja) e vinagre ou sumo de limão. A emulsão é simples e fácil de realizar na Bimby, basta programar uma velocidade entre 3 e 5 sem a borboleta – ou então com a borboleta até à velocidade 4. Deite o óleo pela tampa do copo de mistura levantando por instantes o copo medida. O óleo deve correr em fio, emulsionando assim os demais ingredientes.



4. Amassar

Preparar massas à base de levedura e massas para pão, massa fresca ou misturas de carne, são procedimentos que a Bimby torna mais fáceis e rápidos – quando comparados com os métodos tradicionais. Com todos os ingredientes no copo de mistura e a tampa fechada, seleccione um tempo e um modo de amassar . Verá que a massa será preparada de forma tão perfeita com se tivesse sido preparada pelas mãos de um padeiro. Nunca use mais do que 700 g de farinha para a sua massa. Se precisar de mais, prepare outra massa sem lavar o copo.



5. Bater

A Bimby é também a ajuda ideal para confeccionar cremes batidos, ovos batidos e molhos cremosos ou pudins. Aplique a borboleta sobre a lâmina da Bimby e escolha uma velocidade de 2 a 4.



6–7. Aquecer, ferver, cozinhar ao vapor

Com a sua Bimby poderá aquecer alimentos a temperaturas exactas, entre os 37°C e 100°C e a temperatura Varoma. O indicador de calor residual permite que o conteúdo do copo de mistura arrefeça de maneira controlada.

- Aquecer alimentos para bebé até 37°C, ou dissolver fermento em leite ou água.

- O chocolate pode ser derretido a uma temperatura de 50°C. As gelatinas podem ser dissolvidas a 60°C.

- Pratos preparados pelo método de banho-maria resultam melhor de 70°C a 80°C. Isto é perfeito para preparar o Molho Holandês.

- Para fazer chá, aqueça a água até 80°C. A mesma temperatura pode ser usada para cozer peixe ou engrossar sopas com ovo batido.

- No copo de mistura – a 90°C – podem ser preparadas misturas cremosas à base de leite para sobremesas. A 100°C também se podem cozinhar sopas, legumes ou carne, bem como massa fresca e arroz.

- É fácil saltear cebolas e legumes ou fazer refogados a 100°C ou em temperatura Varoma.

- A temperatura Varoma preserva as vitaminas e minerais do peixe, da carne e dos legumes quando cozinhados na Varoma. Arroz ou batatas podem ser cozinhados em simultâneo no cesto do copo misturador.



8. Para cortar

Cortar, triturar, moer, pulverizar e preparar purés são tarefas que a Bimby desempenha com grande facilidade. Para picar alimentos escolha as velocidades entre 4–10. A velocidade 4 é adequada para um corte grosso – por exemplo, para legumes e batatas, para uma sopa tipo Minestrone. Com a velocidade 10, consegue cortar ingredientes mais duros como cereais, arroz, açúcar e queijo parmesão. - ficam finamente triturados.

Para alcançar um resultado uniforme, corte previamente em pedaços os ingredientes a triturar (5 x 5 cm).





Tabela de cozedura Bimby + Varoma

• COZEDURA A VAPOR NA VAROMA

Os tempos de cozedura que se seguem são valores indicativos estabelecidos para uma quantidade específica de produtos frescos com água fria. Para cada preparação, ponha 800 g de água no copo e os ingredientes na Varoma, programando o **tempo indicado/ Varoma / Vel 1**.

INGREDIENTES	QUANTIDADES	TEMPO	COMENTÁRIOS
LEGUMES E FÉCULAS			
Espargos	800 g	25 Min	Inteiros e finos
Brócolos	800 g	20 Min	Cortados aos bocados
Cenoura	800 g	35 Min	Cortada às rodelas
Cogumelos de Paris	500 g	20 Min	Cortados às fatias
Couve-Flôr	800 g	25 Min	Cortada aos bocados
Couve	800 g	30 Min	Cortada às tiras
Courgettes	800 g	20/25 Min	Cortadas às rodelas
Feijão verde	800 g	30/40 Min	Inteiros e finos
Ervilhas	800 g	20/25 Min	Inteiras
Alho francês	800 g	25/30 Min	Cortados às rodelas
Pimentos	500 g	20 Min	Cortados às rodelas
FRUTAS			
Pêras	800 g	25 Min	Cortadas aos bocados
Maçãs	500 g	15/20 Min	Cortadas aos bocados
CARNES			
Coxas de frango	800 g	45 Min	
Escalopes de frango	800 g	20/25 Min	
Almôndegas	12 unidades	35/40 Min	
PEIXES E FRUTOS DO MAR			
Postas de salmão	800 g	20 Min	
Mexilhões	1000 g	15 Min	
Filetes	800 g	20 Min	
Trutas	2 unidades	15 Min	
Camarões	800 g	10 Min	Crus c/ casca

• COZEDURA DAS FÉCULAS NO COPO DA BIMBY

PREPARAÇÕES	INGREDIENTES	PROGRAMAS
ESPARGUETE	1500 g água + azeite 500 g esparguete	**10 Min/ Varoma/ Vel 1** Junte o esparguete e programe **10 min/ 100°/ /Vel .**
BATATAS	500 g água + 1000 g batatas cortadas aos bocados	**30 Min/ 100°/ /Vel .**

As preparações de Base

As preparações de base vão permitir servir-se da Bimby para além das receitas que se seguem. Os tempos indicados são válidos para uma quantidade específica; se alterar essa quantidade, não se esqueça de alterar a programação.

PREPARAÇÕES	INGREDIENTES	PROGRAMAS
LEGUMES E FÉCULAS		
Claras em castelo	6 claras + sal	**6 Min/ Vel 3 ½** c/ Borboleta e s/ copo de medida
Açúcar em pó	100 g açúcar	**15 Seg/ Vel 9**
Cacau em pó	150 g chocolate preto	**10 seg/ Vel 8**
Café em pó	250 g grão de café	**1 Min/ Vel 9**
Amêndoa ralada	100 g amêndoas inteiras	**10 Seg/ Vel 8**
Farinha de trigo	300 g grão de trigo	**1 Min/ Vel 9**
Farinha de arroz	200 g arroz	**1 Min/ Vel 10**
Gelo picado	1 cuvete de gelo	**2** golpes **Turbo** ou **5 Seg/ Vel 5**
Queijo duro ralado	100 g queijo duro aos bocados	**8 Seg/ Vel 7**
Parmesão ralado	300 g parmesão aos bocados	**15 Seg/ Vel 8**
Pão ralado	125 g pão duro	**12 Seg/ Vel 7**
Ervas aromáticas	10 g ervas frescas ou secas	**12 Seg/ Vel 6**
Alho picado	1 dente de alho ou mais	**5 Seg/ Vel 5**
Cebola picada	1 cebola	**5 Seg/ Vel 5**

Tabela de funções básicas Bimby 31

FUNÇÕES BÁSICAS	TEMPO	VELOCIDADE	BORBOLETA	POSIÇÃO INVERSA
PULVERIZAR/MOER		**Vel 10**		
Ralar cenoura	3 Seg	Vel 5		
Ralar cebola	4 Seg	Vel 5		
Ralar batata	2 Seg	Vel 4		
Ralar chocolate	12 Seg	Vel 8		
Triturar ingred. moles	2/3 Seg	Vel 4		
Triturar ingred. duros	3/4 Seg	Vel 5		
Amassar c/ manteiga	15 Seg	Vel 6		
Amassar c/ fermento	15 Seg	Vel 3		
Montar natas frias (35% gordura)		Vel 3 ½	Sim	
Montar claras + sal	1 Min por clara	Vel 3 ½	Sim	
Maionese		Vel 5		
Coalhadas, cremes		Vel 2		
Triturar		Vel 5 + 10		
Cozinhar ingred. delicados		Vel 1		Sim
Cozinhar ingred. mais duros		Vel 1		Sim

• O conteúdo do copo medida completamente cheio equivale a:

Líquidos	100 g aprox.
Açúcar	100 g aprox.
Farinha	60 g aprox.
Maizena	50 g aprox.
Pão ralado	40 g aprox.
Arroz	100 g aprox.
Queijo ralado	50 g aprox.



2. Funções básicas

14. Ralar, moer, triturar e pulverizar

. Pão ralado
. Queijo ralado
. Citrinos ralados
. Pulverizar arroz
. Pulverizar feijão
. Pulverizar grão
. Pulverizar soja
. Moer café

16. Picar é muito fácil

. Cenoura
. Cebola roxa
ou Couve roxa
. Gelo
. Delícias do mar
. Presunto
. Salada 4 estações

18. Molhos

1. Ketchup
2. Molho pesto
3. Maionese
4. Molho vinagrete
5. Pasta de caril

20. Molhos

6. Molho de tomate
7. Molho p/ carne assada
8. Molho béchamel
9. Molho de Roquefort
10. Molho Holandês
11. Molho Béarnaise

21. Molhos

12. Manteiga
13. Maionese sem ovo

Caldos Caseiros

1. Caldo de legumes caseiro
2. Caldo de carne caseiro

Ralar, moer, triturar e pulverizar...

• Velocidade 7, 8, 9

Em termos gerais, sempre que desejar pulverizar um alimento, o copo e as lâminas deverão estar totalmente secos. É aconselhável, também não encher o copo mais de metade. Repita a operação quantas vezes for necessário para maior rapidez e melhor resultado. Tenha atenção às seguintes orientações:

• O que é que pode ralar, moer, triturar e pulverizar?

A lista seria interminável, mas, para dar uma ideia, enumeramos alguns dos ingredientes mais comuns. O tempo dependerá do ingrediente, salvo indicação contrária.

· Salsa e outras ervas frescas.

· Arroz.

· Açúcar – simples ou aromatizado com cascas de limão ou laranja, anis, etc.

· Café.

· Cereais – como corn-flakes.

· Chocolate – Coloque-o no copo partido em pedaços. Dê **6** toques **Turbo** e programe **15 Seg/ Vel 9.**

· Frutos secos.

· Legumes.

· Noz-Moscada – Dê **10** toques **Turbo** e programe **20 Seg/ Vel 9**.

· Orégãos, manjericão ou qualquer outra espécie de erva seca.

· Pão – tanto duro como mole.

· Cascas de laranja ou de limão.

· Queijo macio, tipo Gruyére ou Mozzarella.

· Queijo rijo, tipo Parmesão – Coloque-o no copo, cortado aos pedaços. Dê **6** toques **Turbo** e programe **15 Seg/ Vel 9.**

· Sal.

· Presunto – Coloque no copo e triture **alguns Segundos Vel 4/5**

· Carne – Retire-lhe a gordura, corte em cubos, coloque num tabuleiro e leve ao congelador cerca de 30 minutos. Deite no copo de 300 em 300 g para melhor resultado e programe **5-6 Seg/ Vel 8.**

· Sopas – Para triturar a sopa faça-o progressivamente na **Vel 3, 5 e 7**. É fundamental esperar 3 a 5 segundos antes de abrir a tampa, para permitir a estabilização do líquido e evitar perigo de salpicos

· Feijão e grão – Para pulverizar é necessário que o copo e a lâmina estejam secos.

Para fazer sopas, pulverize o feijão ou grão, logo de seguida coloque 500 g água e envolva **5 Seg/ Vel 6**. Deite os legumes desejados e complete com água.

· Sumos de frutas – Coloque no copo a fruta descascada com o açúcar e triture **1-2 Min/ Vel 9**, de seguida acrescente a água.

Nota: Para alimentos muito rijos pressione primeiro o botão **Turbo** várias vezes e depois coloque **alguns segundos** na **Vel 9**.











Picar é muito fácil...

• Velocidade 4/5

Até dominar a técnica para picar, aconselhamos que programe pouco tempo, verifique o tamanho dos ingredientes e programe mais tempo se achar necessário. Isto será sempre melhor do que ultrapassar o tempo de programação e os ingredientes se convertam em puré.

· **Cebola, alho** – Deite no copo e programe **4 Seg/ Vel 5**

· **Aipo** (em bolbo ou cabeça de aipo), para saladas. Deite no copo e programe **alguns segundos Vel 4/5**.

· **Couve lombarda** – corte em pedaços pequenos e programe **alguns segundos Vel 4/5**.

· **Batatas** – Descasque-as e corte-as em rodelas grossas, coloque-as no copo e programe **alguns segundos Vel 4/5**. Verifique se o tamanho é o desejado e utilize-as para fazer a tortilha.

· **Repolho** – Corte-o em pedaços pequenos e proceda de modo igual ao da couve lombarda.

· **Cenouras** – Raspe-as e corte ao meio. Proceda de modo igual ao das batatas.
Utilize a mesma técnica das batatas quando quiser picar beringelas, courgettes, abóbora, cebolas, pimentos, etc., todos juntos ou em separado.

· **Frango, presunto, peixe, sobras de carne cozida, ovos cozidos, azeitonas, delícias do mar**, etc. Coloque os ingredientes no copo e programe **alguns segundos Vel 4/5**. Todas as verduras de folha larga e pouco pesadas como a alface, hortaliças ou espinafres, ou fibrosas como o aipo, alho francês ou feijão verde, deverão ser picadas na Vel 4 ajudando com a espátula.

· **Alface** – Para um cocktail ou para enfeitar: corte em pedaços pequenos e coloque no copo com 500 g água, mas não encha mais de metade e programe **8-10 Seg/ Vel 4**.

· **Pimentos** – Deite no copo os pimentos às tiras e programe **6 Seg/ Vel 4**.

· **Gelo** – Coloque os cubos até meio do copo e programe **10 Seg/ Vel 5**.

Salada 4 estações

INGREDIENTES

200 g delícias do mar à tempratura ambiente
1 frasco de azeitonas s/ caroço
1 frasco de Cournichon
3 ovos cozidos
3 cenouras
1 couve branca
3 maças reineta
1 couve roxa
Milho p/ enfeitar (opcional)

PREPARAÇÃO

· Pique as delícias **4 Seg/ / Vel 4**. No copo coloque os restantes ingredientes separadamente, pique na **Vel 4 ou 5**, consoante a dureza dos mesmos.

· Ajude com a espátula e verifique pelo bocal da tampa se estão do tamanho desejado.

· Exponha-os separadamente ou junte-os numa saladeira e envolva com uma maionese aromatizada com alho e coentros.

· Enfeite com milho.

Dica: Substitua as delícias do mar por camarão ou frango desfiado. Opcionalmente pode juntar alface picada.

Descascar alhos. Desfiar frango, bacalhau...

· **Alho** – Coloque no copo até 30 dentes de alho grandes por descascar e programe **12 Seg/ / Vel 4**. De seguida coloque no copo 1000 g de água para soltar as cascas.
Guarde numa embalagem fechada com azeite no frigorífico.

· **Frango, bacalhau** – Depois de cozidos, sem ossos ou espinhas, coloque no copo de 300 em 300 g e programe **3-4 Seg/ / Vel 4**.

Dica
Coloque a cenoura em pedaços pequenos antes de picar.



Dica
Ingredientes com cor, são os últimos a serem picados.



Dica
Para picar as delícias do mar programe **4 Seg/ /Vel 4.**



Dica
Pique gelo na Vel 5.



Molhos

1. Ketchup

aprox. 1200 g
56 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1000 g tomate maduro c/ pele
180 g pimento vermelho
130 g cebola roxa
2 dentes de alho
100 g vinagre de vinho tinto
1 folha de louro
1 pitada de noz-moscada
Pimenta moída q.b.
½ c. chá de piri-piri q.b.
1 c. chá de pimentão doce (paprika)
1 c. chá de sal
100 g mel

PREPARAÇÃO

· No copo coloque o tomate em quartos, o pimento em pedaços, a cebola, os alhos, 50 g de vinagre e pique **5 Seg/ Vel 7**.

· Junte a folha de louro e programe **40 Min/ Varoma/ Vel 2**.
Em vez de colocar o copo de medida, coloque o cesto sobre a tampa para evitar salpicos.

· Retire a folha de louro, adicione o restante vinagre, os temperos, o mel e programe mais **15 Min/ Varoma/ Vel 2** para engrossar.
Coloque na tampa o copo de medida.

· Quando terminar programe **1 Min** e vá **progressivamente** à **Vel 7**.

· Deite o preparado em frascos previamente bem lavados e esterilizados e feche hermeticamente. Deixe arrefecer.

Nota: Ao triturar, faça-o progressivamente até chegar à **Vel 7**.
É fundamental esperar 2 a 3 segundos antes de abrir a tampa, para permitir a estabilização do líquido e evitar o perigo de salpicos.

Dica: Pode também conservar no frigorífico até 3 meses.

2. Molho Pesto

aprox. 300 g
1 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

150 g azeite
50 g queijo parmesão
1 dente de alho
30 g pinhões
80 g folhas de manjericão
Sal q.b.

PREPARAÇÃO

· Pese o azeite e reserve.
· No copo coloque o queijo em pedaços e rale **15 Seg/ Vel 9**.

· Adicione o alho, os pinhões, o manjericão, o sal e programe **15 Seg/ Vel 9**.

· De seguida, com o copo de medida colocado na tampa e a Bimby em funcionamento na **Vel 5**, deite o azeite sobre a tampa.

· Deve ficar um molho homogéneo, semelhante à maionese.

Nota: Deve ser conservado num frasco previamente esterilizado, e com o molho coberto com azeite. Mantém-se fresco durante um mês no frigorífico.

Dica: Sirva com esparguete ou outro tipo de massa, se desejar mais líquido acrescente 2 c. sopa de água de cozer a massa antes de servir.

3. Maionese

aprox. 350 g
1 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

150 g óleo
150 g azeite
1 ovo
Sal e pimenta q.b.
1 c. sopa de vinagre ou sumo de limão

PREPARAÇÃO

· Antecipadamente pese o óleo, o azeite num recipiente e reserve.

· Coloque no copo o ovo, o sal, a pimenta, o vinagre e programe **10 Seg/ Vel 5**.

· De seguida, com a Bimby em funcionamento na **Vel 5**, e sem retirar o copo de medida, vá vertendo a mistura do óleo com o azeite sobre a tampa.

Nota: Se talhar, retire do copo a maionese. Coloque no copo um ovo e com a Bimby em funcionamento na **Vel 5**, verta a mistura talhada sobre a tampa.

Dica: Veja também Maionese sem ovo.

4. Molho Vinagrete

aprox. 200 g
1 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

50 g vinagre
150 g azeite
1 c. chá de mostarda
1 c. chá de orégãos
Sal q.b.
Pimenta moída q.b.

PREPARAÇÃO

· No copo coloque todos os ingredientes e programe **1 Min/ Vel 5**.

· Utilize para tempero de saladas.

Dica: Pode perfumar com outras ervas aromáticas e juntar cebola e alho picado.

5. Pasta de caril

aprox. 400 g
1 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

4 c. chá de coentros em pó
20 g coentros frescos
100 g malaguetas vermelhas
45 g gengibre fresco s/ pele aos pedaços
5 g paprika
1 c. chá de açafrão
10 dentes de alho
Sumo de 4 limas
100 g óleo

PREPARAÇÃO

· No copo coloque os coentros, as malaguetas em pedaços, o gengibre, a paprika , o açafrão, os alhos e pique **10 Seg/ Vel 5**.

· Adicione o sumo das limas, o óleo e bata **1 Min/ Vel 9**.

· Deve ficar uma pasta homogénea.

Conservação: Guarde no frigorífico em frascos previamente esterilizados.

Dica: Adicione 4 colheres de sopa de pasta de caril para 400 g a 800 g leite de côco, para um caril forte a médio.


1
2
3
4
5

6. Molho de tomate

aprox. 600 g
25 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
40 g azeite
150 g cebola
2 dentes de alho
1 cenoura pequena
500 g tomate maduro c/ pele
1 c. chá de sal
½ c. chá de pimenta
1 c. chá de orégãos

PREPARAÇÃO
· Coloque no copo o azeite, a cebola, os alhos, a cenoura e triture **5 Seg/ Vel 5**.
· De seguida programe **5 Min/ Varoma/ Vel 2**.
· Adicione os restantes ingredientes e programe **20 Min/ 100º/ Vel 1**.
· Se desejar triturar, programe **30 Seg** e vá **progressivamente** até à **Vel 7**.
· Deite o molho de imediato em frascos bem lavados e esterilizados.

Nota: Quando triturar, faça-o **progressivamente** até à **Vel 7**.
É fundamental esperar 2 a 3 segundos antes de abrir a tampa, para permitir a estabilização do líquido e evitar o perigo de salpicos.

7. Molho p/ carne assada

aprox. 500 g
10 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
50 g azeite
1 cebola
50 g fiambre
1 dente de alho
150 g requeijão ou queijo fresco
100 g vinho branco
200 g água
1 caldo de carne
Sal e pimenta q.b.

PREPARAÇÃO
· No copo coloque o azeite, a cebola, o fiambre, o alho e pique **6 Seg/ Vel 5**.
· De seguida, programe **5 Min/ Varoma/ Vel 2**.
· Junte o queijo, o vinho, a água, o caldo, o sal e pimenta, programe **5 Min/ 100º/ Vel 4**.
· Triture durante **15 Seg** e vá **progressivamente** até à **Vel 7** para que fique um molho homogéneo e fino.

Dica: Rectifique os temperos e se estiver muito espesso junte-lhe um pouco mais de água.

8. Molho béchamel

aprox. 600 g
8 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
600 g leite
60 g farinha
40 g manteiga
Sal, pimenta e noz-moscada q.b.

PREPARAÇÃO
· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **8 Min/ 90º/ Vel 4**.

Dica: Para o dobro da quantidade, aumente o tempo para **12 Min**.

9. Molho de Roquefort

aprox. 750 g
6 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
250 g Roquefort ou queijo azul, aos pedaços
2 ovos
400 g leite
Pimenta q.b.

PREPARAÇÃO
· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **6 Min/ 90º/ Vel 4.**

Dica: Se desejar um molho mais rico acrescente 200 g de natas.
Recomenda-se este molho para acompanhar carnes e massas italianas.

10. Molho Holandês

aprox. 300 g
4 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
4 gemas de ovo
50 g água
130 g manteiga
½ c. chá de sal
Pimenta q.b.
Sumo de ½ limão

PREPARAÇÃO
· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **4 Min/ 70º/ Vel 4**.

Nota: Para o molho *Mousseline*, adicione 100 g de natas.

Dica: Se o molho coalhar adicione 2 c. sopa água e misture **30 Seg/ Vel 2**.

Pode utilizar este molho p/ acompanhar espargos a vapor, legumes e peixe.

11. Molho Béarnaise

aprox. 400 g
9 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
50 g vinagre
50 g chalotas
200 g manteiga
1 c. chá de estragão
4 gemas de ovo
Sal e pimenta q.b.

PREPARAÇÃO
· Coloque no copo o vinagre, as chalotas e programe **5 Min/ 100º/ Vel 4**.
· Deixe arrefecer ligeiramente, adicione os restantes ingredientes e programe **4 Min/ 70º/ Vel 4**.
· Deite de imediato numa taça.

Nota: Se talhar, retire o molho do copo. Coloque no copo 50 g de água fria e, com a Bimby em funcionamento na **Vel 5** e com o copo de medida na tampa, vá incorporando novamente a mistura talhada sobre a tampa.

Dica: Pode acompanhar com carne.

Notas

12. Manteiga

aprox. 250 g
2 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

400 g natas frias (35% de gordura)
Sal q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo as natas e programe **2 Min/ Vel 9**.

· No fim do tempo, a gordura deverá estar separada do soro. Se assim não acontecer programe mais uns segundos na mesma velocidade (depende da temperatura e qualidade das natas).

· Quando o soro estiver separado deite a manteiga no cesto e lave com cuidado debaixo da torneira, com água fria até que a água saia limpa (evita que a manteiga rance).

· Deite-a sobre papel absorvente e seque-a muito bem.

· Junte-lhe sal e se quiser enrole em película aderente.

Nota: A lavagem da manteiga tem ser feita com muito cuidado para evitar que escorra toda. Recomendamos que lave debaixo de um fio de água fria.

Dica: Se desejar aromatizar a manteiga, com alho, coentros, ervas aromáticas etc. Faça-o a partir do momento em que o soro se tenha separado da gordura. Junte o ingrediente a gosto e triture alguns segundos, lave a manteiga e tempere.

Caldos caseiros

1. Caldo de legumes caseiro

aprox. 800 g
21 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

50 g queijo parmesão, cortado em pedaços
200 g talos de aipo
250 g cenouras
100 g cebola
100 g tomate
150 g courgette
1 dente de alho
50 g cogumelos frescos
6 raminhos de ervas variadas (manjericão, salva, alecrim) frescas só as folhas
4 pés de salsa fresca
1 folha de louro (opcional)
300 g sal grosso marinho
30 g vinho branco
1 c. sopa de azeite

PREPARAÇÃO

· No copo coloque o queijo e rale **10 Seg/ Vel 10**. Retire e reserve.

· Coloque no copo os legumes em pedaços, junte as ervas, a salsa e pique **10 Seg/ Vel 7**.

· Adicione a folha de louro, o sal, o vinho, o azeite e programe **20 Min/ Varoma/ / Vel 1**, colocando sobre a tampa o cesto em vez do copo de medida para evitar salpicos.

· Retire o cesto e a folha de louro, junte o queijo reservado, coloque o copo de medida e programe **1 Min** e vá **progressivamente** até à **Vel 7**.

· Retire para um frasco bem lavado e esterilizado e deixe arrefecer.

Dose: Use 1 c. chá (aproximadamente 1 caldo) por 500 g de água para obter 500 g de caldo.

Conservação: Pode guardar no frigorífico durante vários meses.

13. Maionese sem ovo

aprox. 500 g
30 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

220 g azeite
220 g óleo
150 g leite
2 a 3 dentes de alho (opcional)
Sal e pimenta q.b.
Sumo de 1 limão

PREPARAÇÃO

· Antecipadamente pese o azeite, o óleo num recipiente e reserve.

· Coloque no copo o leite, os alhos, o sal, a pimenta e programe **20 Seg/ Vel 5**.

· Com a Bimby em funcionamento na **Vel 5**, e sem retirar o copo de medida verta a mistura sobre a tampa.

· No fim, junte o sumo do limão e envolva com a ajuda da espátula



É este o aspecto final dos caldos caseiros preparados na Bimby

2. Caldo de carne caseiro

aprox. 700 g
21 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

300 g carne sem nervos, cortada em pedaços
300 g legumes variados (aipo, cenoura, cebola, alho, tomate)
4 ramos de ervas frescas variadas (salva, alecrim) só as folhas
300 g sal grosso marinho
30 g vinho tinto
1 folha de louro
1 cravinho

PREPARAÇÃO

· No copo coloque a carne em pedaços e pique **10 Seg/ Vel 7**. Reserve.

· Introduza todos os legumes e ervas no copo e pique **10 Seg/ Vel 5**.

· Adicione o sal, a carne reservada, o vinho, a folha de louro, o cravinho e programe **20 Min/ Varoma/ / Vel 1**, colocando sobre a tampa o cesto em vez do copo de medida para evitar salpicos.

· Retire o cesto e a folha de louro, coloque o copo de medida e programe **1 Min** e vá **progressivamente** até à **Vel 7**.

· Retire para um frasco bem lavado e esterilizado e deixe arrefecer.

Dose: Use 1 c. chá (aproximadamente 1 caldo) por 500 g de água para obter 500 g de caldo.

Conservação: Pode guardar no frigorífico durante vários meses.

Dica: Pode colocar em cuvetes de gelo e conservar na arca congeladora. Utilize em cubos conforme necessitar.



3. Bebidas

24. Bebidas

1. Caipirinha
2. Caipirinha
 de tangerina e lima
3. Granizado de limão
4. Limonada
5. Néctar manga/
 laranja
6. Granizado
 de champanhe

26. Bebidas

7. Lassi
8. Néctar de laranja
9. Batido de fruta
10. Néctar de cenoura
11. Chocolate quente

1. Caipirinha

4 Copos
20 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
70 g açúcar
100 g cachaça
3 limas
900 g gelo

PREPARAÇÃO
· Coloque no copo o açúcar e pulverize **15 Seg/ Vel 9**.

· Adicione a cachaça, as limas partidas em quartos e pressione o botão **Turbo 2 a 3 vezes**. Deite num jarro e reserve.

· De seguida, pique o gelo de 300 em 300 g na **Vel 5**, e vá deitando para um jarro. Envolva com a ajuda da espátula.

Dica: Pode substituir as limas por morangos. Neste caso, não precisa de tirar o preparado do copo, podendo colocar o gelo directamente e picar uns segundos na Vel 5.

2. Caipirinha de tangerina e lima

aprox. 8 Copos
15 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
70 g açúcar
800 g gelo
100 g cachaça ou Vodka
1 lima
1 tangerina

PREPARAÇÃO
· Coloque no copo o açúcar e pulverize **15 Seg/ Vel 9**.

· Adicione o gelo, a cachaça e pique na **Vel 5** até ouvir o som das pedras de gelo mudar.

· Parta a lima e a tangerina em quartos, introduza-os pelo bocal da tampa e pressione **3 ou 4 vezes** no **Turbo**.

· Deite num jarro e sirva em copos com uma palhinha.

3. Granizado de limão

6 Copos
3 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
200 g açúcar
Casca de 1 limão, só a parte amarela
3 limões, descascados s/ a parte branca e s/ caroços
500 g cubos de gelo
500 g água

PREPARAÇÃO
· Coloque no copo o açúcar e pulverize **15 Seg/ Vel 9**.

· Adicione a casca de limão e programe **15 Seg/ Vel 9**.

· Incorpore os limões e triture **2 Min/ Vel 9**.

· Junte os cubos de gelo, a água e programe **30 Seg/ Vel 5**.

4. Limonada

6 Copos
1 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
2 a 3 limões bem lavados, cortados em quartos
100 g açúcar ou o seu equivalente em adoçante
1000 g água

PREPARAÇÃO
· Coloque no copo todos os ingredientes e prima a tecla **Turbo** durante **1 Seg** segurando sempre o copo de medida.

· Introduza o cesto dentro do copo, e coe a limonada para um jarro com cubos de gelo.

5. Néctar manga/laranja

6 Copos
2 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
1 manga descascada
2 laranjas descascadas s/ parte branca
1 limão descascado s/ a parte branca e s/ caroços
100 g açúcar ou o seu equivalente em adoçante
500 g água

PREPARAÇÃO
· Coloque no copo todos os ingredientes, excepto a água, e programe **2 Min/ Vel 9**.

· Quando terminar, adicione a água e envolva na **Vel 3** durante alguns segundos.

· Sirva de imediato com umas pedras de gelo.

Dica: Pode substituir a manga e a laranja por outros frutos, bem como vegetais. Em vez de utilizar água, junte ½ cuvete de gelo e triture juntamente com a fruta. Acrescente água a gosto no final.

6. Granizado de champanhe

6 Copos
30 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
4 a 5 limões com casca partidos em quartos
500 g champanhe
800 g gelo
200 g açúcar

PREPARAÇÃO
· Coloque no copo os limões, o champanhe e pressione o botão **Turbo 8 ou 9 vezes**.

· Introduza o cesto no copo e coe. Reserve.

· Com o copo limpo coloque os restantes ingredientes, o preparado reservado e pique uns segundos na **Vel 5**, até ouvir o som das pedras de gelo mudar.

· Sirva em copos com palhinhas.

Nota: Experimente com 350 g de morangos em vez de limão.

Utilizando a Bimby como centrifugadora pode fazer todos os sumos integrais que deseja, aproveitando ao máximo a polpa e o sumo da fruta. Adapte depois a seu gosto, a quantidade de gelo ou água, para obter a consistência desejada. Recomendamos igual peso de água e fruta.



7. Lassi

4 Copos
1 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

400 g água
200 g gelo
40 g açúcar
2 iogurtes naturais
12 folhas de hortelã s/ talo

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **1 Min/ Vel 9.**

8. Néctar de laranja

6 Copos
2 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

3 laranjas descascadas, s/ a parte branca e s/ caroços
1 limão s/ cascas e s/ caroços
100 g açúcar ou o seu equivalente em adoçante
500 g água

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes, excepto a água, e programe **2 Min/ Vel 9**.

· Quando terminar, adicione a água e envolva na **Vel 3** durante alguns segundos.

· Sirva de imediato com umas pedras de gelo.

9. Batido de fruta

4 Copos
30 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

200 g fruta a gosto
250 g leite ou 2 iogurtes naturais
Açúcar ou mel a gosto
3 a 4 pedras de gelo

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **30 Seg/ Vel 9**.

· Sirva em copos com palhinhas.

10. Néctar de cenoura

6 Copos
2 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

3 a 4 cenouras
1 limão s/ casca e s/ caroços
100 g açúcar ou o seu equivalente em adoçante
500 g água

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo as cenouras e rale **7 Seg/ Vel 5**.

· Adicione o limão, o açúcar, a água e programe **2 Min/ Vel 9**.

· Sirva de imediato com umas pedras de gelo.

11. Chocolate quente

6 Copos
6 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

500 g leite
150 g chocolate p/ culinária

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o leite, o chocolate e programe **6 Min/ 80°/ Vel 2**. Deite em copos ou canecas e sirva de imediato.

Dica: Aromatize o seu chocolate quente com especiarias (ex. baunilha, canela, cravinho, anis) e raspa de laranja ou limão.

Notas

Dica
Sirva com uma folha de hortelã.
Recomenda-se esta bebida para cortar o picante do caril.



Dica
Pode juntar uma laranja para ficar mais aveludado.



Dica
Experimente com banana e morango.



Dica
Delicioso com bolos ou bolachas a meio da tarde. Sirva com chantilly.





4. Gelados

30. Passo a passo
1. Sorvete de fruta

32. Gelados
2. Gelado de chocolate
3. Gelado de natas
4. Gelado de manga
5. Gelado de morango

34. Gelados
6. Gelado de baunilha
7. Gelado de stracciatella
8. Gelado de mirtilos
9. Gelado de caramelo com crocante
10. Sorvete rápido de limão

36. Molhos para gelado
11. Molho de chocolate
12. Molho de queijo
13. Molho de morango
14. Molho de caramelo
15. Molho de chocolate e café

1. Sorvete de fruta

INGREDIENTES

200 g açúcar
1 laranja descascada s/ a parte branca nem caroços
1 maçã s/ caroços
1 banana descascada
1 limão descascado s/ a parte branca nem caroços

1000 g cubos de gelo

PREPARAÇÃO

· Prepare os ingredientes, escolhendo a fruta e o gelo. Reserve.

· Descasque a fruta (com excepção das maçãs) e corte-a em pedaços.

· Com o copo seco coloque o açúcar e pulverize **15 Seg/ Vel 9**.

· Adicione a fruta e dê **2** ou **3 golpes** de **Turbo**.

· Junte o gelo e programe **1,30 Min/ Vel 9**, envolva o sorvete com a ajuda da espátula.

· Sirva de imediato.

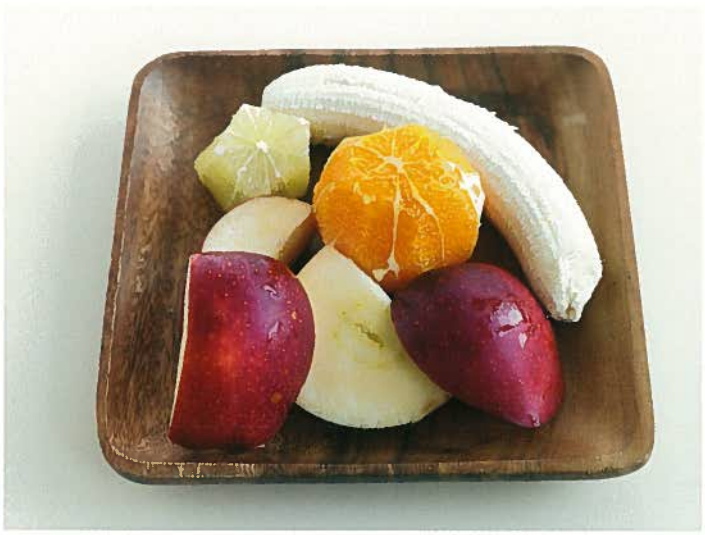
10 PAX

2 Min

DIFICULDADE: FÁCIL



• Comece por separar os ingredientes necessários.



• Descasque todas as peças de fruta, com excepção das maçãs. Corte em pedaços.



• Lembre-se que para o açúcar ficar bem pulverizado, o copo deve estar impecavelmente seco.



• Já com todos os ingredientes no copo, depois de ter dado 2 golpes de Turbo na fruta, junte o gelo e programe 1,30 Min/ Vel 9. O seu gelado está quase pronto.

Dica

Se utilizar gelo industrial coloque ½ copo de medida de água para ajudar a triturar. Pode utilizar quaisquer outras 3 peças de fruta (equivalente a 300 g de fruta).

Para ficar mais cremoso junte uma clara de ovo.



2. Gelado de chocolate

6 PAX
16 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

750 g natas frescas, bem frias
2 c. sopa de açúcar baunilhado
150 g açúcar
100 g água
8 gemas de ovo
300 g chocolate p/ culinária
1 pitada de sal

PREPARAÇÃO

· Coloque a "borboleta", deite as natas, o açúcar baunilhado e bata **2 Min/ Vel 3 ½**, com atenção para que não passem a manteiga. Retire e reserve no frigorífico.

· Sem lavar o copo, coloque o açúcar, a água e programe **10 Min/ 100º/ Vel 4**, deixe arrefecer até aos 60º C.

· Numa taça bata as gemas com a ajuda de um garfo e programe **4 Min/ 70º/ Vel 4**, deite-as em fio através do bocal da tampa. Deverá ficar um creme semelhante ao creme de ovos. Deixe arrefecer um pouco.

· De seguida, junte o chocolate em pedaços, espere que amoleça e triture **10 Seg/ Vel 7**.

· Adicione as natas reservadas, o sal e envolva **6 Seg/ Vel 3**.

· Deite a mistura numa forma e leve ao congelador.

Nota: Antes de servir, retire do congelador e deixe repousar 10 a 15 minutos para ajudar a desenformar.

Para montar as natas frescas é necessário que tenham no mínimo 35% de gordura. Este tempo é referencial, podendo o chantilly levar mais ou menos tempo, dependendo da temperatura e qualidade das natas. Devem estar bem frias, caso contrário não montam.

3. Gelado de natas

8 PAX
6 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g açúcar
4 claras de ovo
1 pitada de sal
400 g natas frescas, bem frias

PREPARAÇÃO

· No copo seco coloque o açúcar e pulverize **15 Seg/ Vel 9**. Reserve.

· Coloque a "borboleta", as claras, o sal e programe **4 Min/ Vel 3 ½**, sem o copo de medida.

· Com a Bimby em funcionamento na **Vel 3 ½**, coloque pelo bocal da tampa o açúcar reservado. Retire e reserve.

· Com a "borboleta", deite as natas e bata **2 Min/ Vel 3 ½**, (com atenção para que não passem a manteiga).

· Retire as natas e envolva com as claras com a ajuda de uma vara de arames. Leve ao congelador.

Nota: Para montar as natas frescas é necessário que tenham no mínimo 35% de gordura. Este tempo é referencial, podendo o chantilly levar mais ou menos tempo, dependendo da temperatura e qualidade das natas. Devem estar bem frias, caso contrário não montam.

4. Gelado de manga

8 PAX
2 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

150 g açúcar
500 g manga madura, em pedaços
700 g leite congelado
200 g natas frias

PREPARAÇÃO

· De véspera congele o leite em cuvetes.

· Coloque no copo o açúcar e pulverize **15 Seg/ Vel 9**.

· Adicione os restantes ingredientes e programe **2 Min/ Vel 9**. Ajude com a espátula a envolver o gelado.

· Sirva de imediato ou guarde no congelador ate à hora de servir.

5. Gelado de morango

10 PAX
2 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

200 g açúcar
800 g morangos congelados
1 limão descascado, s/ parte branca nem caroços
200 g de natas frias
1 clara de ovo
1 lata de leite evaporado
(previamente congelado em cuvetes de gelo)

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o açúcar e pulverize **15 Seg/ Vel 9**.

· Junte os morangos, o limão, as natas, a clara e dê uns golpes de **Turbo** para desfazê-los.

· Adicione o leite evaporado e programe **2 Min/ Vel 9**, envolva o gelado com a ajuda da espátula.

Nota: Esta receita pode ser utilizada como base para outros gelados de fruta, tais como: pêssego, manga, ananás ou outra fruta a seu gosto, cortada em pedaços pequenos e congelados.

Notas

Dica
Decore com natas batidas,
fios de ovos ou raspas de chocolate.



2

Dica
Se não tiver leite congelado, substitua
por gelo e adicione 2 c. de sopa de leite
em pó. Pode substituir a manga por 100%
de polpa de fruta congelada.
Pode variar com outros sabores.



4



3

Dica
Pode substituir o leite evaporado
por leite normal ou gelo adicionando
2 c. sopa de leite em pó.



5

6. Gelado de baunilha

6 PAX
5 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

250 g leite
150 g açúcar
2 gemas de ovo
250 g natas
1 pitada de sal
1 vagem de baunilha (ou ½ c.chá de essência)
1 pau de canela

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes, excepto as especiarias, e programe **5 Min/ 80º/ Vel 3**.

· Retire para um tabuleiro de alumínio baixo, junte a baunilha, o pau de canela e deixe arrefecer.

· De seguida, retire o pau de canela e a vagem de baunilha, ponha no congelador no mínimo 3 horas.

· Depois de congelado, parta o gelado em pedaços, deite no copo e programe **20 Seg/ Vel 7**.

· De seguida, programe **10 Seg/ Vel 4**, mexendo sempre com a ajuda da espátula.

7. Gelado de stracciatella

8 PAX
6 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g açúcar
1 c. sopa de açúcar baunilhado
4 claras de ovo
Pitada de sal
400 g natas frescas, bem frias
100 g pepitas de chocolate

PREPARAÇÃO

· No copo seco coloque os açúcares e pulverize **15 Seg/ Vel 9**. Reserve.

· Coloque a "borboleta", as claras, o sal e programe **4 Min/ Vel 3 ½**, sem o copo de medida.

· Com a Bimby em funcionamento na **Vel 3 ½**, junte o açúcar reservado pelo bocal da tampa e misture uns segundos. Retire e reserve.

· Sem retirar a "borboleta", coloque as natas e bata **2 Min/ Vel 3 ½**, (com atenção para que não passem a manteiga).

· Retire as natas e envolva com as claras e as pepitas de chocolate, leve ao congelador.

Nota: Para montar as natas frescas é necessário que tenham no mínimo 35% de gordura. Este tempo é referencial, podendo o chantilly levar mais ou menos tempo, dependendo da temperatura e qualidade das natas. Devem estar bem frias, caso contrário não montam.

8. Gelado de mirtilos

8 PAX
1.10 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

80 g açúcar
500 g mirtilos congelados
200 g queijo quark

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o açúcar e pulverize **15 Seg/ Vel 9**.

· Junte os mirtilos e triture **15 Seg/ Vel 9**.

· Adicione o queijo e programe **40 Seg/ Vel 5**. Sirva de imediato.

9. Gelado de caramelo com crocante

8 PAX
8 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

300 g açúcar
50 g amêndoa granulada
6 claras de ovo
1 pitada de sal
500 g natas frescas, bem frias

PREPARAÇÃO

· Para o caramelo, coloque 200 g de açúcar numa frigideira anti-aderente em lume brando, quando estiver derretido deite numa superfície untada com óleo e espalhe. Deixe arrefecer.

· Derreta o restante açúcar faça de igual modo o crocante e quando estiver derretido adicione a amêndoa e envolva. Deite numa superfície untada com óleo e espalhe. Deixe arrefecer.

· Coloque no copo o caramelo em pedaços e pulverize **10 Seg/ Vel 9.** Reserve.

· Com o copo bem limpo coloque a "borboleta", as claras, o sal e programe **6 Min/ Vel 3 ½**, sem o copo de medida.

· Com a Bimby em funcionamento na **Vel 3 ½**, coloque pelo bocal da tampa o caramelo em pó reservado. Retire e reserve.

· Com a "borboleta", coloque as natas e bata **2 Min/ Vel 3 ½**, (com atenção para que não passem a manteiga).

· Coloque o crocante num saco plástico, parta em pedaços pequenos com a ajuda de um rolo.

· Retire as natas, envolva com as claras e o crocante. Leve ao congelador.

Nota: Quando estiver a colocar o caramelo na Bimby evite tocar com as mãos para que não humedeça.

Para montar as natas frescas é necessário que tenham no mínimo 35% de gordura. Este tempo é referencial, podendo o chantilly levar mais ou menos tempo, dependendo da temperatura e qualidade das natas. Devem estar bem frias, caso contrário não montam.

10. Sorvete rápido de limão

6 PAX
2 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

3 limões descascados s/ a parte branca nem caroços
200 g açúcar
500 g cubos de gelo
1 clara de ovo

PREPARAÇÃO

· Coloque todos os ingredientes no copo e programe **2 Min/ Vel 9**.

· Retire o copo medida e com a ajuda da espátula, mexa o gelado para que o gelo baixe até ás lâminas e se triture.

· Se não ficar muito consistente, junte mais gelo até conseguir a consistência pretendida.

Nota: A textura do sorvete deve ser a de um creme espesso, sem pedacinhos de gelo.

Notas

Dica

Sirva com framboesas frescas.



6

Dica

Pode substituir o queijo por iogurte natural ou de preferência por iogurte grego.



8



7



9

Molhos para gelados

11. Molho de chocolate

aprox. 200 g
5 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g chocolate p/ culinária
100 g leite
40 g açúcar

PREPARAÇÃO

· Coloque o chocolate no copo e dê **4 golpes de Turbo**.
· A seguir programe **15 Seg / Vel 9**.
· Junte o leite, o açúcar e programe **5 Min/ 70º/ Vel 2**.
· Sirva o molho frio.

12. Molho de queijo

aprox. 600 g
45 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

150 g açúcar
250 g queijo mascarpone
2 iogurtes naturais

PREPARAÇÃO

· No copo seco coloque o açúcar e pulverize **15 Seg/ Vel 9**.
· Adicione o queijo, os iogurtes e bata **30 Seg / Vel 5**. Reserve no frigorífico até à hora de servir.

Dica: Polvilhe com raspas de chocolate, amêndoa ralada, granulada, etc.

13. Molho de morango

aprox. 600 g
5 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

500 g morangos
150 g açúcar

PREPARAÇÃO

· Lave os morangos, coloque-os no copo e triture **7 Seg/ Vel 5**.
· Adicione o açúcar e programe **5 Min/ Varoma/ Vel 2**.
· Deite este molho de imediato em frascos esterilizados.

Dica: Sirva este molho frio sobre conchas de gelado ou panquecas.

14. Molho de caramelo

aprox. 600 g
3.30 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES P/ O CARAMELO

280 g açúcar
Gotas de sumo de limão
100 g água

INGREDIENTES P/ O MOLHO

230 g açúcar amarelo
50 g margarina
30 g água
100 g leite evaporado

PREPARAÇÃO DO CARAMELO

· Derreta o açúcar com o limão numa frigideira, quando estiver derretido adicione lentamente e com cuidado a água, aguarde que dilua.

PREPARAÇÃO DO MOLHO

· Coloque no copo o açúcar, a margarina, a água e misture **5 Seg/ Vel 5**.
· Pese 230 g de caramelo reservado, coloque a Bimby em funcionamento na **Vel 3**, e deite-o através do bocal da tampa até terminar.
· A seguir programe **3 Min/ 90º/ Vel 1**.
· Junte o leite evaporado e programe **25 Seg/ Vel 4**.
· Guarde num frasco previamente esterilizado. Sirva o molho frio.

Nota: Faça o caramelo sem deixar escurecer muito, pois poderá ficar amargo.

Dica: Este molho pode ser usado para bolos, sobremesas, etc.

15. Molho de chocolate e café

10 PAX
5 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g chocolate p/ culinária
100 g leite
40 g açúcar
2 c. chá de café solúvel

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o chocolate e dê **3 golpes** de **Turbo.** A seguir programe **10 Seg/ Vel 9**.
· Junte o leite, o açúcar, o café e programe **5 Min/ 70º/ Vel 3**.
· Sirva sobre gelado de baunilha ou natas.

Notas


11
14
12
13



5. Entradas

40. Passo a passo

1. Soufflé de brócolos e milho

42. Entradas

2. Bôla rápida de carne
3. Mexilhões com molho picante
4. Chapéus de cogumelos
5. Cogumelos salteados
6. Soufflé de queijo
7. Tapa do mar

44. Entradas

8. Patê de salmão
9. Pasta de azeitonas
10. Patê de fumados
11. Pipis
12. Patê de fígado
13. Patê de queijos
14. Patê marinheiro
15. Patê de atum

46. Entradas

16. Cogumelos com ricotta e pesto
17. Ovos mexidos com alheira
18. Entrada de courgette e cenoura
19. Vieiras recheadas

47. Sopas quentes

20. Creme de ervilhas
21. Sopa do campo
22. Creme de camarão e salmão
23. Creme de courgettes

48. Sopas quentes

24. Caldo verde
25. Sopa alentejana
26. Sopa de cação
27. Canja

50. Sopas quentes

28. Sopa de alho francês
29. Sopa de tomate e feijão verde com ovos escalfados
30. Creme de cogumelos
31. Sopa da pedra

52. Sopas frias

32. Gaspacho
33. Sopa fria de rúcula
34. Sopa de meloa
35. Sopa de melão com queijo
36. Sopa de beterraba

1. Soufflé de brócolos e milho

INGREDIENTES

100 g queijo Gruyère
500 g leite
50 g farinha
50 g manteiga
4 ovos
200 g brócolos cozidos
100 g milho doce
Sal e pimenta q.b.
Gotas de limão

PREPARAÇÃO

· Rale o queijo **5 Seg/ Vel 9**. Reserve.

· Coloque no copo o leite, a farinha, a manteiga e programe **6 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Adicione o queijo reservado, as gemas, 100 g brócolos cozidos, 50 g milho, tempere e triture **5 Seg/ Vel 5**.

· Incorpore os brócolos e o milho restante. Envolva com a ajuda da espátula e reserve.

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Com o copo bem limpo, coloque a "borboleta", as claras, as gotas de limão, uma pitada de sal e programe **4 Min/ Vel 3 ½**.

· Misture delicadamente as claras com o preparado reservado. Unte com manteiga uma forma e leve ao forno cerca de 20 minutos. Aumente para 200º C e coza durante aproximadamente mais 20 minutos.
Sirva de imediato.

6 PAX
10 Min
DIFICULDADE: FÁCIL



• Rale o queijo 5 Seg/ Vel 9.



Dica: Coza os seus brócolos no cesto. Veja tabelas de cozedura.



• Experimente substituir os brócolos e o milho por outros ingredientes na mesma proporção.



• Misture as claras delicadamente.



2. Bôla rápida de carne

6 PAX
3 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

50 g chouriço
250 g fiambre
150 g bacon (opcional)
4 ovos
200 g óleo
300 g leite
Sal q.b.
500 g farinha
2 c. chá de fermento em pó p/ bolos

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Coloque no copo as carnes separadamente e pique de **1 a 3 Seg/ Vel 3**. Reserve.

· Deite no copo os ovos, o óleo, o leite, o sal e programe **2 Min/ 37º/ Vel 2**.

· Adicione a farinha, o fermento e programe **1 Min/ Vel** .

· Junte as carnes e envolva com a ajuda da espátula.

· Coloque numa forma, untada com manteiga e polvilhada com farinha. Leve ao forno cerca de 25 minutos.

3. Mexilhões com molho picante

4 PAX
35 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1000 g mexilhões
50 g azeite
100 g cebola
2 dentes de alho
100 g pimento verde
100 g pimento vermelho
1 lata pequena de tomate, aos pedaços
1 caldo de peixe ou sal q.b
1 malagueta pequena

PREPARAÇÃO

· Coloque na Varoma os mexilhões bem lavados e reserve.

· Coloque no copo o azeite, a cebola, os alhos, os pimentos cortados às rodelas e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Com a ajuda da espátula baixe os resíduos das paredes do copo e programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte o tomate, o caldo de peixe, a malagueta, a Varoma e programe **30 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Coloque os mexilhões numa travessa de servir e cubra-os com o molho de tomate.

4. Chapéus de cogumelos

4 PAX
30 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

Pão ralado aromatizado feito na Bimby
100 g presunto ou fiambre
1000 g água
200 g cogumelos frescos sem talos
Azeite q.b.
Sal e pimenta q.b.

PREPARAÇÃO

· Faça o pão ralado conforme indicado na pág 11. Reserve.

· Pique o presunto **3 Seg/ Vel 4**. Reserve.

· Coloque no copo a água e programe **10 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Na Varoma coloque os cogumelos recheados com o presunto reservado e polvilhados com o pão ralado, regue com azeite.

· Coloque a Varoma e programe **20 Min/ Varoma/ Vel 1**.

5. Cogumelos salteados

4 PAX
17 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

4 dentes de alho
20 g salsa
400 g cogumelos
30 g azeite
1 malagueta pequena ou um pouco de pimento picante (opcional)
Sal e pimenta q.b.

PREPARAÇÃO

· Deite no copo os alhos, a salsa e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Coloque a "borboleta", adicione os restantes ingredientes e programe **12 Min/ 100º/ Vel** .

· Rectifique os temperos e certifique-se que os cogumelos estão no ponto. Se o molho ficar demasiado líquido programe **5 Min/ Varoma/ Vel** . Retire o copo de medida do bocal da tampa e coloque o cesto, para evitar salpicos.

6. Soufflé de queijo

6 PAX
10 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

200 g queijo Gruyère
500 g leite
50 g farinha
50 g manteiga
Sal, pimenta e noz-moscada q.b
4 ovos

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o queijo e rale **10 Seg/ Vel 9**. Reserve.

· Deite no copo o leite, a farinha, a manteiga, os temperos e programe **6 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Adicione as gemas, o queijo reservado e envolva **8 Seg/ Vel 5**. Reserve.

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Com o copo bem limpo, coloque a "borboleta", as claras, uma pitada de sal e programe **4 Min/ Vel 3 ½**.

· Envolva as claras com o preparado reservado.

· Unte com margarina uma forma grande, ou formas individuais e polvilhe com farinha. Deite o preparado nas formas e leve ao forno cerca de 20 minutos.

· Sirva de imediato.

7. Tapa do mar

12 PAX
7 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

250 g delícias do mar à temperatura ambiente (ou gambas, lagostins, tamboril, etc.)
100 g pimento verde às rodelas
100 g pimento vermelho às rodelas
3 rodelas de cebola
2 ovos cozidos
100 g azeite
50 g vinagre
Sal q.b.
20 g salsa

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo as delícias do mar e pique **4 Seg/ / Vel 4**. Reserve.

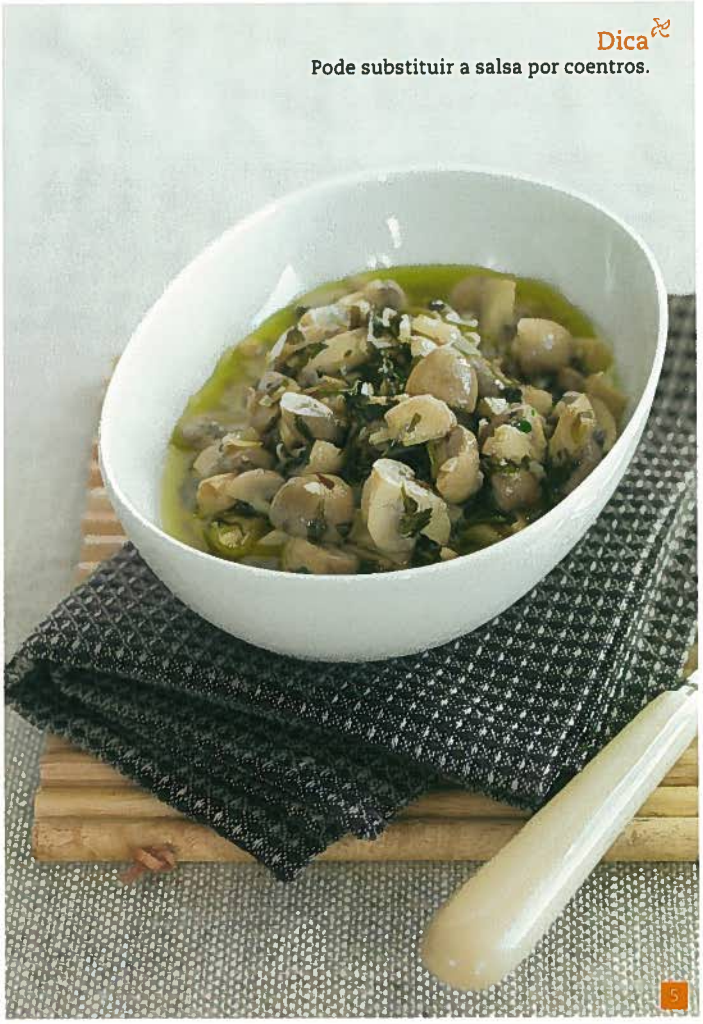
· Deite no copo os restantes ingredientes e programe **3 Seg/ Vel 5**. Rectifique os temperos, e envolva com a ajuda da espátula as delícias do mar reservadas.

· Leve ao frigorífico até ao momento de servir.

Dica
Adicione sobras de carne cozida de vaca ou frango.



Dica
Pode substituir a salsa por coentros.



Dica
Se preferir mais picante triture a malagueta com o refogado.



Dica
Sirva com tostas.



8. Patê de salmão

8 PAX
1.30 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

200 g queijo de barrar
200 g salmão fumado
20 g sumo de limão
Alcaparras p/ enfeitar

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o queijo e programe **1 Min/ 50º/ Vel 2**.

· Adicione o salmão, o sumo de limão e programe **30 Seg/ Vel 4**.

· Decore com alcaparras.

9. Pasta de azeitonas

4 PAX
10 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

300 g azeitonas pretas s/ caroços
2 dentes alho
15 g azeite
Sumo ½ limão
Pimenta de moinho q.b.
Sal q.b.
1 c. chá de queijo parmesão ralado

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **10 Seg/ Vel 4** até formar uma pasta homogénea.

· Sirva com pão ou tostas.

10. Patê de fumados

6 PAX
30 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

220 g arenques fumados
150 g queijo de barrar
1 dente de alho
1 c. sopa de margarina
Sumo de ½ limão
Pimenta q.b

PREPARAÇÃO

· Coloque todos os ingredientes no copo e programe **30 Seg/ Vel 6**, até ficar homogéneo.

11. Pipis

6 PAX
52 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1000 g miúdos de frango
2 cebolas
2 dentes de alho
30 g azeite
100 g vinho branco
1 c. sopa de colorau
1 folha de louro
Sal, pimenta e piripiri q.b.

PREPARAÇÃO

· Arranje e lave os miúdos de frango em água bem quente e vinagre. Reserve.

· Coloque no copo as cebolas, os alhos e pique **6 Seg/ Vel 5**.

· Junte o azeite, os miúdos escorridos e refogue **12 Min/ 100º/ Varoma/ Vel ⫝̸**.

· Adicione os restantes ingredientes e deixe estufar **40 Min/ 100º/ Varoma/ Vel ⫝̸**.

· Sirva os pipis com pão de mistura ou de centeio.

12. Patê de fígado

8 PAX
18 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

150 g cebola
250 g manteiga
500 g fígado de peru, frango ou pato
Sal e pimenta q.b.
3 c. sopa de vinho do Porto
2 c. sopa de Whisky
1 cravinho
Alecrim q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Junte metade da manteiga e programe **5 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Adicione o fígado, o sal, a pimenta e refogue **5 Min/ 100º/ Vel 2**.

· Triture **10 Seg/ Vel 7**. Junte a manteiga restante, o vinho do Porto, o Whisky, o cravinho, o alecrim e programe **8 Min/ 100º/ Vel 2**.

12. Patê de queijos

8 PAX
6 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

50 g natas
50 g leite
50 g margarina
150 g queijo azul
130 g queijo de bola
130 g queijo Gruyère
130 g requeijão
Sal e pimenta q.b.
50 g nozes picadas (opcional)

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo as natas, o leite, a margarina e programe **3 Min/ 70º/ Vel 5**.

· Adicione os restantes ingredientes, excepto as nozes e triture **15 Seg/ Vel 8**.

· Programe **3 Min/ 70º/ Vel 5**, até ficar homogéneo. Se necessário, adicione mais um pouco de leite ou natas e volte a bater.

· Se utilizar nozes, incorpore-as com a ajuda da espátula.

14. Patê marinheiro

8 PAX
8 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 lata de sardinhas em tomate
1 lata de mexilhões em escabeche
1 lata de cavala em azeite
1 c. chá de margarina
Umas gotas de tabasco

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes, incluindo o molho de cada lata e programe **8 Seg/ Vel 6**.

15. Patê de atum

6 PAX
1.25 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

150 g manteiga
3 ovos cozidos
3 latas de atum
Sal q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque a manteiga no copo e programe **1 Min/ 50º/ Vel 1**.

· Adicione os ovos, o atum escorrido, o sal e programe **25 Seg/ Vel 6**.

Dica: Poderá fazê-lo com maionese e também acrescentar um pouco de pickles.


8
15
9
10

16. Cogumelos com ricotta e pesto

6 PAX
30 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

50 g molho pesto feito na Bimby
2 dentes de alho
250 g ricotta
20 cogumelos grandes frescos
Parmesão ralado

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Faça o molho pesto conforme receita da pág. 18. Reserve.

· Coloque no copo os alhos e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Adicione a ricotta, o molho pesto e programe **10 Seg/ Vel 5**.

· Retire os pés dos cogumelos abrindo uma cavidade. Coloque-os em um prato de forno, recheie com o preparado, polvilhe com o parmesão ralado, deite um fio de azeite e leve ao forno cerca de 20 minutos.

17. Ovos mexidos com alheira

aprox. 4 PAX
15 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 alheira
1 c. chá de salsa picada
1500 g água
5 ovos

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a água, o cesto com a alheira e programe **15 Min/ 100º/ Vel 1**. Reserve.

· Retire a pele à alheira e corte em pedaços.

· Numa frigideira quente, coloque a alheira, a salsa e os ovos previamente batidos com sal e pimenta q.b.

· Mexa com uma colher até os ovos estarem cozidos.

· Sirva quente como entrada.

Notas

18. Entrada de courgette e cenoura

6 PAX
16 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

700 g courgettes, cortada aos pedaços
250 g cenoura, descascada e cortada aos pedaços
1 dente de alho (opcional)
150 g queijo emmental ou queijo gouda cortado aos pedaços
100 g natas de soja
1 iogurte natural
2 c. chá de açúcar
Sal e pimenta q.b.
½ c. chá de colorau picante

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo os legumes, o alho, o queijo e pique **8 Seg/ Vel 5**.

· Adicione os restantes ingredientes e programe **8 Seg/ Varoma/ Vel 3 ½**, ajude com a espátula.

· Guarde no frigorifico até ao momento de servir.

19. Vieiras recheadas

aprox. 10 Vieiras
25 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

20 g manteiga
1 dente de alho
5 g coentros
300 g cogumelos laminados
300 g miolo de camarão
Sal e pimenta q.b.

INGREDIENTES P/ MOLHO BRANCO

400 g leite
200 g natas
5 g azeite
70 g farinha
1 c. sopa de vinho do Porto
1 c. sopa de mostarda
1 caldo de marisco
Pimenta e noz-moscada q.b.

50 g pão ralado feito na Bimby

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a manteiga, o alho, os coentros e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Junte os cogumelos, o camarão previamente descongelado e escorrido, o sal, a pimenta e programe **18 Min/ Varoma/ Vel ⫝̸**. Retire e deite para o cesto para coar o líquido (reserve o líquido).

· Sem lavar o copo, coloque todos os ingredientes do molho branco e programe **7 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Junte o recheio reservado sem o líquido ao molho branco e misture com a ajuda da espátula.

· Recheie as conchas de vieira, polvilhe com pão ralado e leve ao forno para gratinar.

Dica: Congele em cuvetes o líquido que sobrou do refogado e aproveite os cubos para sopas ou outros pratos de peixe.

Sopas quentes

20. Creme de ervilhas

8 PAX
31 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1000 g ervilhas (podem ser congeladas)
200 g cebola
1 dente de alho
Sal q.b.
1 pitada de açúcar
20 g coentros
30 g manteiga
1 c sopa de natas p/ enfeitar
Água g.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes, excepto os coentros, a manteiga e as natas, cubra com água e programe **30 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Adicione os coentros e programe **1 Min** e vá **progressivamente** até **Vel 7**.

· Junte a manteiga e envolva durante alguns segundos na **Vel 3**. Deite em taças e enfeite com um fio de natas.

Nota: Ao triturar a sopa, faça-o **progressivamente**, **Vel 3, 5, 7**.
É fundamental esperar 3 a 5 segundos antes de abrir a tampa, para permitir a estabilização do líquido e evitar o perigo de salpicos.

21. Sopa do campo

8 PAX
31 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

200 g couve lombarda
1 alho francês às rodelas
1 cebola
70 g bacon às tiras
40 g azeite
300 g cenoura
1 nabo
1 caldo de carne ou sal q.b.
700 g água
1 lata grande de feijão encarnado

PREPARAÇÃO

· Na Varoma, coloque a couve lombarda cortada em juliana e reserve.

· Coloque no copo o alho francês, a cebola e pique **3 Seg/ Vel 5**.

· Adicione o bacon, o azeite e refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte a cenoura e o nabo cortados em pedaços, o caldo, a água e metade do feijão escorrido, a Varoma e programe **25 Min/ Varoma/ Vel 1**. Retire e reserve.

· Coloque o copo de medida, programe **1 Min** e vá **progressivamente** à **Vel 7**.

· Junte a couve e o restante feijão.

Nota: Ao triturar a sopa, faça-o **progressivamente**, **Vel 3, 5, 7**.
É fundamental esperar 3 a 5 segundos antes de abrir a tampa, para permitir a estabilização do líquido e evitar o perigo de salpicos.

Dica: Se ficar muito espessa, junte um pouco de água a gosto. Opcionalmente, pode adicionar 100 g de batata, para uma sopa mais rica e substituir o feijão de lata por 100 g de feijão seco pulverizado.

22. Creme de camarão e salmão

6 PAX
21 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

500 g fumet de camarão feito na Bimby
50 g margarina
50 g azeite
1 dente de alho
2 cenouras grandes
6 cogumelos frescos
3 alhos franceses (só parte branca)
1 caldo de camarão
1 malagueta moída a gosto
400 g natas
100 g salmão fumado

PREPARAÇÃO

· Faça o fumet conforme receita da pág. 82. Reserve.

· Com o copo limpo coloque a margarina, o azeite, o dente de alho, todos os legumes e programe **8 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Em seguida junte o fumet reservado, o caldo de camarão, a malagueta e programe **10 Min/ 100º/ Vel 2**.

· Incorpore as natas e programe **3 Min/ 90º/ Vel 2**.

· No final junte o salmão cortado em pedaços e programe **6 Seg/ Vel 4**, até que fique bem picado.

· Se for necessário rectifique os temperos e sirva.

23. Creme de courgettes

8 PAX
31 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

3 alhos franceses (só parte branca)
2 dentes de alho
50 g azeite
700 g courgettes descascadas
2 caldos de legumes ou sal q.b.
600 g água
Pimenta q.b.
30 g manteiga
200 g natas
30 g aros de cebolinho

PREPARAÇÃO

· Deite no copo os alhos franceses, os alhos, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**. Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· Junte as courgettes em pedaços, os caldos, a água, a pimenta e programe **20 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Adicione a manteiga, as natas e programe **5 Min/ 90º/ Vel 1.**

· Quando terminar programe **1 Min** e vá **progressivamente** até à **Vel 7**. Polvilhe com os aros de cebolinho.

Nota: Ao triturar a sopa, faça-o **progressivamente**, **Vel 3, 5, 7**.
É fundamental esperar 3 a 5 segundos antes de abrir a tampa, para permitir a estabilização do líquido e evitar o perigo de salpicos.

Dica: Pode substituir as courgettes, por abóbora, alface, beterraba ou cogumelos branqueados em limão.

24. Caldo verde

6 PAX
28 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

300 g batatas
200 g cebola
2 dentes alho
1000 g água
Sal q.b.
250 g couve de caldo verde
Umas rodelas de chouriço
50 g azeite

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo as batatas cortadas em pedaços, a cebola, os alhos, a água, o sal, a Varoma com a couve e programe **25 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Quando terminar retire a Varoma, coloque o copo de medida e programe **1 Min** e vá **progressivamente** até à **Vel 7**.

· A seguir incorpore a couve de caldo verde e as rodelas de chouriço através do bocal da tampa. Adicione o azeite e programe **2 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Rectifique os temperos e se ficar demasiado espesso incorpore mais água.

Nota: Ao triturar a sopa, faça-o **progressivamente**, **Vel 3, 5, 7**.
É fundamental esperar 3 a 5 segundos antes de abrir a tampa, para permitir a estabilização do líquido e evitar o perigo de salpicos.

25. Sopa alentejana

6 PAX
20 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

10 dentes de alho
20 g coentros
100 g azeite
1500 g água
Ovos q.b.
150 g pão Alentejano

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo os alhos, os coentros, o azeite e pique **10 Seg/ Vel 5**.

· De seguida refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Forre o copo de medida com película aderente (própria para altas temperaturas), deite uma pinga de azeite, abra 1 ovo para dentro do copo, feche a película formando um saco e coloque-o na Varoma. Repita o processo para quantos ovos quiser escalfar.

· No copo coloque a água, a Varoma com os ovos e programe **15 Min/ Varoma / Vel 1**.

26. Sopa de cação

6 PAX
36 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 cebola
2 dentes de alho
20 g coentros
70 g azeite
1000 g água
Sal q.b.
2 caldos de peixe
6 postas de cação
20 g poejo
60 g farinha
2 c. chá de vinagre

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, os alhos, os coentros, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Acrescente a água, o sal, os caldos, a Varoma com o cação polvilhado com sal e poejo e programe **25 Min/ Varoma/ Vel 1**.
· Retire a Varoma e reserve.

· Coloque a farinha, o copo de medida e programe **1 Min** e vá **progressivamente** até à **Vel 7.**

· De seguida programe **5 Min/ 100º/ Vel 3**.

· Junte o cação ao caldo e tempere com o vinagre.

Nota: Ao triturar a sopa, faça-o **progressivamente**, **Vel 3, 5, 7**.
É fundamental esperar 3 a 5 segundos antes de abrir a tampa, para permitir a estabilização do líquido e evitar o perigo de salpicos.

27. Canja

6 PAX
45 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

½ frango (partido em quartos)
100 g cebola
Sal q.b
50 g arroz

PREPARAÇÃO

· Coloque todos os ingredientes no copo excepto o arroz, adicione água até à marca dos 2 litros e programe **30 Min/ Varoma/ Vel** ⏝. Retire o frango, a cebola e reserve.

· Adicione o arroz e programe **10 Min/ Varoma/ Vel** ⏝.

· Desosse o frango, desfie-o seguindo as instruções da pág. 16 e junte ao caldo. Programe **5 Min/ 100º/ Vel** ⏝.

Notas



Dica
Pode acrescentar mais 100 g de batata, para uma sopa mais espessa.

24



Dica
Sirva com fatias de pão rústico.

26



Dica
Corte o pão às fatias e deite por cima a sopa e os ovos.

25



Dica
Pode substituir o arroz por massa miúda.

27

28. Sopa de alho francês

6 PAX
31 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

50 g manteiga
450 g alho francês, cortado às rodelas
300 g batatas cortadas em pedaços
750 g água
2 caldos de legumes ou sal q.b.
Pimenta q.b.
180 g leite
100 g natas
Salsa picada q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a manteiga, o alho francês e programe **7 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Junte as batatas, a água, os caldos, a pimenta e programe **20 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Quando terminar o tempo, programe **1,30 Min** e vá **progressivamente** à **Vel 5**.

· Adicione o leite e programe **3 Min/ 90º/ Vel 1**.

· Junte as natas, envolva e sirva polvilhado com salsa picada.

Nota: Ao triturar a sopa, faça-o **progressivamente**, **Vel 3, 5**.
É fundamental esperar 3 a 5 segundos antes de abrir a tampa, para permitir a estabilização do líquido e evitar o perigo de salpicos.

29. Sopa de tomate e feijão verde com ovos escalfados

6 PAX
32 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

300 g feijão verde
6 ovos
1 cebola
2 dentes de alho
30 g azeite
750 g tomate maduro
750 g água
Sal q.b.

PREPARAÇÃO

· Corte em juliana o feijão verde e coloque-o na Varoma. Forre o tabuleiro com uma folha de papel vegetal molhada e escorrida, parta os ovos e disponha-os sobre o mesmo para escalfarem. Reserve.

· Coloque no copo a cebola, os alhos e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Adicione o azeite e refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte o tomate cortado em pedaços e pique **15 Seg/ Vel 5**.

· Adicione a água, o sal, a Varoma e programe **25 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Retire a Varoma e reserve. Coloque o copo de medida, programe **30 Seg** e vá **progressivamente** até à **Vel 7**.

· Junte o feijão verde reservado à sopa e programe **2 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Sirva com um ovo escalfado em cada prato.

Nota: Ao triturar a sopa, faça-o **progressivamente**, **Vel 3, 5, 7**.
É fundamental esperar 3 a 5 segundos antes de abrir a tampa, para permitir a estabilização do líquido e evitar o perigo de salpicos.

30. Creme de cogumelos

6 PAX
20 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

400 g cogumelos
Sumo de ½ limão
50 g manteiga
200 g cebola
600 g água
50 g farinha
1 caldo de galinha ou sal q.b.
300 g leite
100 g natas
Pimenta q.b.

PREPARAÇÃO

· Lamine metade dos cogumelos, regue com o sumo de limão e reserve.

· Coloque no copo os restantes cogumelos, a manteiga, a cebola e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Seguidamente programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1 ½**.

· Quando terminar acrescente a água, a farinha, o caldo e programe **3 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· Programe **1 Min** e vá **progressivamente** até à **Vel 7**, para que fique um creme homogéneo.

· Introduza o cesto com os cogumelos reservados e programe **6 Min/ 100º/ Vel 4**.

· Por fim adicione o leite, as natas, a pimenta, rectifique o sal e programe **5 Min/ 90º/ Vel 2**.

· Retire o cesto e deite na terrina os cogumelos e o creme por cima.

Nota: Ao triturar a sopa, faça-o **progressivamente**, **Vel 3, 5, 7**.
É fundamental esperar 3 a 5 segundos antes de abrir a tampa, para permitir a estabilização do líquido e evitar o perigo de salpicos.

31. Sopa da pedra

8 PAX
75 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 farinheira
1000 g água
½ cabeça de porco fumada (pequena)
1 cebola
1 dente de alho
1 lata grande de feijão encarnado
½ chouriço de carne, às rodelas
½ chouriço de sangue, às rodelas
350 g batata
1 folha de louro
20 g coentros
Sal e pimenta q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque na Varoma a farinheira e reserve.

· No copo coloque a água, a cabeça de porco cortada em pedaços e programe **60 Min/ 100º/ Vel**. Retire e reserve a carne e o caldo.

· Coloque no copo a cebola, o alho e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Junte o feijão escorrido, os chouriços, a batata cortada em cubos, a folha de louro, os coentros, o sal, a pimenta, o caldo reservado, a Varoma e programe **15 Min/ Varoma/ Vel**.

· Coloque numa terrina o porco reservado e cortado em pedaços pequenos, a farinheira às rodelas e regue com a sopa.

Dica

Pode servir esta sopa fria ou quente.



28



30



29



31

Sopas frias

32. Gaspacho

6 PAX
3 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1000 g tomate maduro c/ pele
1 pimento vermelho pequeno s/ sementes
1 dente alho
20 g cebola
1 pepino pequeno parcialmente descascado
20 g vinagre
Sal q.b.
50 g azeite
Água ou gelo q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes, excepto o azeite e a água, programe **3 Min/ Vel 9**.

· Incorpore o azeite, um pouco de água fria ou umas pedras de gelo e misture alguns segundos na **Vel 3**.

· Sirva fria.

33. Sopa fria de rúcula

4 PAX
1 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

2 dentes de alho
1 pepino grande descascado
4 iogurtes naturais
20 g azeite
Sal e pimenta moída na altura q.b.
1 molho pequeno de rúcula
200 g água (opcional)

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes excepto a água e programe **1 Min/ Vel 7**.

· Adicione água ou gelo a gosto e programe **5 Seg/ Vel 3**.

34. Sopa de meloa

6 PAX
2 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1000 g meloa descascada s/ pevides
50 g miolo de pão
100 g natas
500 g água com gás

INGREDIENTES P/ GUARNECER

Presunto picado
Amêndoas laminadas e torradas

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a meloa em pedaços, os restantes ingredientes e triture **2 Min/ Vel 9**.

· Leve ao frigorífico e sirva bem fria.

35. Sopa de melão com queijo

6 PAX
1 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1500 g melão s/ casca e pevides
200 g queijo de barrar
Sal e pimenta q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **1 Min/ Vel 9**. Retire e leve ao frigorífico 30 minutos.

36. Sopa de beterraba

6 PAX
31 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

20 g azeite
1 cebola
1 alho francês
10 g coentros
1 caldo de legumes
1 pitada de sal
180 g cenouras às rodelas
1 nabo aos cubos
350 g beterraba crua descascada e aos pedaços
1000 g água

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o azeite, a cebola, o alho francês, os coentros e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Adicione os restantes ingredientes e programe **25 Min/ 100º/ Vel** ⫝̸.

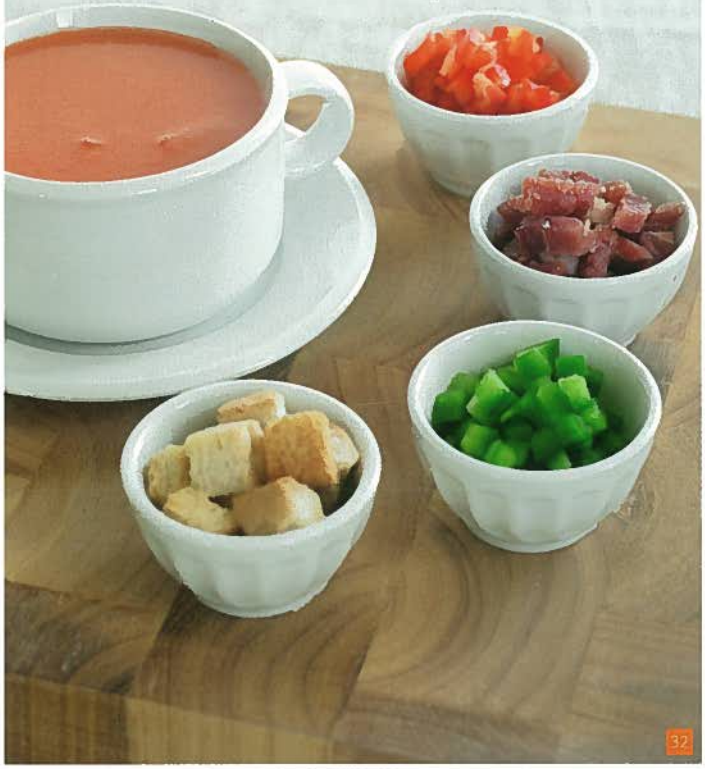
· Quando terminar programe **1 Min** e vá progressivamente até à **Vel 7**.

Nota: Ao triturar a sopa, faça-o **progressivamente, Vel 3, 5, 7.** É fundamental esperar 3 a 5 segundos antes de abrir a tampa, para permitir estabilização do líquido e evitar perigo de salpicos. Pode servir esta sopa, fria no Verão e quente no Inverno.

Notas

Dica

Substitua as 20 g de vinagre por 1 limão descascado e sem parte branca.



32

Dica

Decore com presunto e amêndoas laminadas e torradas.



34

Dica

Experimente juntar 60g de miolo de noz. Leve ao frigorífico durante 1 hora antes de servir para a sopa ganhar o gosto do alho e do pepino. Acompanhe com croutons ou torradas simples.



33

Dica

Sirva esta sopa fria com quadrados de presunto.



35



6. Massas

56. Passo a passo
1. Trança

58. Massas
2. Brioches
3. Pãezinhos de minuto
4. Pão de forma sem côdea
5. Brôa de milho
6. Massa de pizza

60. Massas
7. Pão saloio
8. Scones
9. Massa sablé
10. Pão rústico
11. Massa choux

62. Massas
12. Massa quebrada
13. Massa lêveda - Pão caseiro
14. Massa de panquecas
15. Massa folhada
16. Massa de rissóis

64. Massas
17. Pão de queijo
18. Massa de crepes
19. Massa tenra
20. Pão de passas ou nozes
21. Massa de empadas

65. Massas
22. Quiche Lorraine
23. Quiche rápida com alho francês
24. Empada de galinha

1. Trança

INGREDIENTES

250 g leite
100 g margarina
50 g açúcar
1 saqueta de fermento seco
2 ovos
700 g farinha
1 c. chá de sal
1 gema de ovo p/ pincelar

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o leite, a margarina, o açúcar e programe **2 Min/ 37º/ Vel 2**.

· Junte o fermento, os ovos e programe **10 Seg/ Vel 6**.

· De seguida adicione a farinha, o sal e programe **3 Min/ Vel** .

· Deixe levedar durante 20 minutos, num local morno.

· Faça três rolos iguais e forme uma trança. Pincele com a gema de ovo e faça montinhos com o açúcar humidificado.

· Leve ao forno pré-aquecido a 50ºC até que dobre de volume, em seguida aumente a temperatura para 180ºC cerca de 25 minutos.

aprox. 1000 g

5 Min

DIFICULDADE: FÁCIL



• É importante respeitar os 20 minutos de levedura, num local morno.



• Tenha o cuidado de entrançar bem a massa. Se de início sentir alguma dificuldade, não se preocupe. Com a prática ficará perfeita.



• Pincele com a gema de ovo tendo em atenção que deve cobrir toda a massa de maneira uniforme.



• Antes de levar ao forno, espalhe o açúcar humidificado no topo da trança.

Dica

Pode substituir o fermento seco por 35 g de fermento de padeiro fresco. Para fazer o açúcar humidificado, coloque numa taça 100 g de açúcar e deite algumas gotas de água.



2. Brioches

aprox.
10 Un de 60 g

2
Min

DIFICULDADE:
FÁCIL

INGREDIENTES

150 g leite
1 pitada de sal
50 g açúcar
50 g margarina
3 gemas de ovo
½ saqueta de fermento seco, cerca de 5 g
400 g farinha
1 gema de ovo p/ pincelar

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o leite, o sal, o açúcar, a margarina e programe **1 Min/ 37º/ Vel 2**.

· Junte as gemas, o fermento e programe **10 Seg/ Vel 2**.

· De seguida adicione a farinha e programe **1 Min/ Vel ↯**.

· Faça bolas pequenas e coloque-as num tabuleiro de forno polvilhado com farinha. Pincele a superfície com gema de ovo e leve a forno pré-aquecido a 50ºC durante 20 minutos, para que dobre de volume. Quando dobrar de volume, aumente a temperatura para 180ºC cerca de 25 minutos.

3. Pãezinhos de minuto

aprox.
14 Un de 25 g

15
Seg

DIFICULDADE:
FÁCIL

INGREDIENTES

250 g farinha
120 g leite
1 ovo
30 g manteiga
2 c. chá de fermento em pó p/ bolos
1 pitada de sal

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 200ºC.

· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **15 Seg/ Vel 4**.

· Num tabuleiro de ir ao forno, polvilhado com farinha, deite colheradas da massa.

· Leve ao forno cerca de 10 minutos.

4. Pão de forma sem côdea

aprox. 350 g

49
Min

DIFICULDADE:
FÁCIL

INGREDIENTES

150 g água
½ c. chá de fermento seco
1 c. chá de sal
250 g farinha
Óleo para untar

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a água, o fermento e programe **2 Min/ 37º/ Vel 1.**

· Junte o sal, a farinha e amasse **2,30 Min/ Vel ↯**.

· Retire a massa, envolva em farinha e coloque-a numa forma rectangular tipo bolo inglês untada e polvilhada. Deixe levedar até que dobre de volume.

· Coloque 1500 g de água no copo, a Varoma com a forma do pão, uma folha de papel de cozinha sobre o pão e programe **45 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Deixe arrefecer e corte às fatias.

5. Brôa de milho

aprox. 600 g

8
Min

DIFICULDADE:
FÁCIL

INGREDIENTES P/ A MASSA DE LEVEDURA

100 g água
½ saqueta de fermento seco, cerca de 5 g
50 g farinha de trigo
1 c. chá de açúcar

INGREDIENTES P/ A BRÔA

300 g água
250 g farinha de milho
30 g azeite
1 c. chá de sal
100 g farinha de trigo

PREPARAÇÃO DA MASSA DE LEVEDURA

· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **10 Seg/ Vel 3**. Retire e espere que dobre de volume.

PREPARAÇÃO DA BRÔA

· Coloque no copo a água e programe **3 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Adicione a farinha de milho e envolva **1 Min/ Vel 3**. Retire o copo da base e deixe arrefecer.

· Quando a massa estiver morna, junte a massa de levedura, o azeite, o sal, a farinha de trigo e programe **4 Min/ Vel ↯**.

· Retire a massa, polvilhe com farinha de trigo, faça uma bola e coloque num tabuleiro polvilhado com farinha, deixe que dobre de volume. Leve ao forno pré-aquecido a 200ºC cerca de 50 a 60 Minutos.

6. Massa de pizza

6 PAX

3
Min

DIFICULDADE:
FÁCIL

INGREDIENTES

200 g água
50 g azeite
1 c. chá de sal
400 g farinha
½ saqueta de fermento seco, cerca de 5 g

PREPARAÇÃO

· No copo coloque a água, o azeite, o sal e programe **1 Min/ 37º/ Vel 2**.

· Adicione a farinha, o fermento e programe **2 Min/ Vel ↯**.

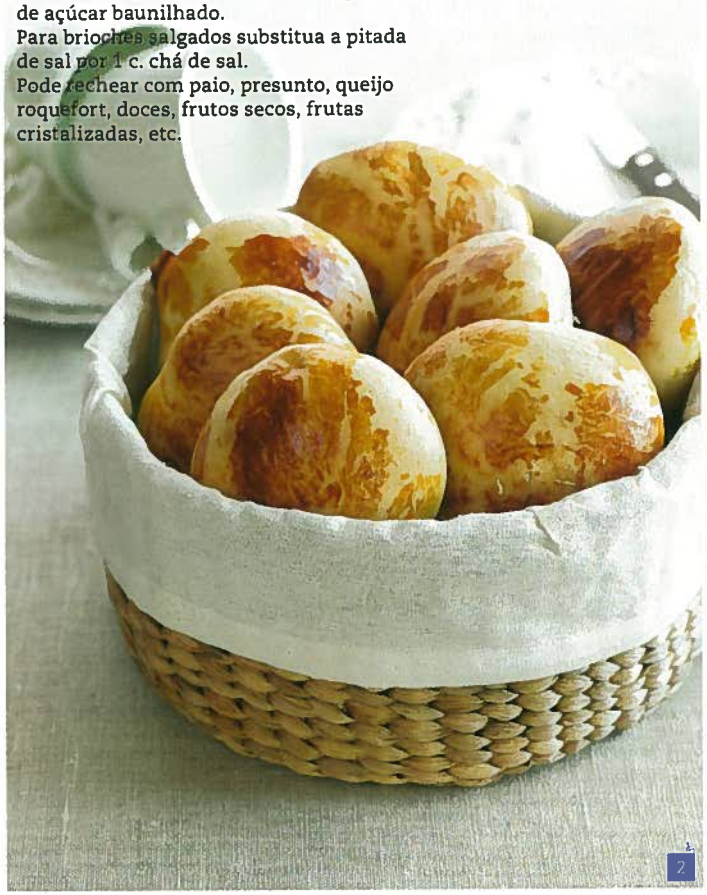
· Retire e deixe a massa levedar num local morno até dobrar de volume.

· Numa superfície polvilhada com farinha e com a ajuda de um rolo estenda a massa de modo a que fique fina, coloque os ingredientes escolhidos e leve ao forno pré-aquecido a 220ºC cerca de 20 minutos.

Notas

Dica

Pode substituir o fermento seco por 20 g fermento de padeiro fresco.
Para brioches doces acrescente 40 g de açúcar baunilhado.
Para brioches salgados substitua a pitada de sal por 1 c. chá de sal.
Pode rechear com paio, presunto, queijo roquefort, doces, frutos secos, frutas cristalizadas, etc.



2

Dica

Pode substituir o fermento por 25 g fermento de padeiro fresco.



5

Dica

Pode substituir o fermento seco por 15 g fermento de padeiro fresco.



4

Dica

Pode substituir o fermento seco por 20 g fermento padeiro fresco.
Esta quantidade de massa dá para 2 pizzas de 30 cm.



6

7. Pão saloio

aprox. 700 g
4 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

300 g água
2 c. chá de sal
500 g farinha
½ saqueta de fermento seco, cerca de 5 g

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a água, o sal e programe **2 Min/ 37º/ Vel 2**.

· Junte metade da farinha, o fermento e programe **8 Seg/ Vel 6**.

· Adicione a restante farinha e programe **2 Min/ Vel** .

· Deixe levedar num local morno e leve ao forno pré-aquecido a 180ºC cerca de 30 minutos.

8. Scones

aprox. 16 Un de 25 g
15 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

250 g farinha
30 g manteiga
50 g açúcar
100 g leite
1 ovo
2 c. chá de fermento em pó p/ bolos
1 pitada de sal

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 200ºC.

· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **15 Seg/ Vel 6**.

· Num tabuleiro de ir ao forno, polvilhado de farinha, deite colheradas de massa.

· Leve ao forno cerca de 15 minutos.

9. Massa sablé

aprox. 650 g
30 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g açúcar
300 g farinha
150 g manteiga
1 pitada de sal
2 gemas de ovo
20 g leite

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o açúcar e pulverize **15 Seg/ Vel 9**.

· Adicione os ingredientes restantes e programe **15 Seg/ Vel 5**.

· Pré-aqueça o forno a 180ºC.

· Estenda a massa muito fina com o rolo e cubra a forma desenrolando a massa. Passe o rolo nas "bordas" para cortar a massa.

· Com as pontas dos dedos demolhados em água, pressione à volta da forma para que a massa fique bem agarrada às "bordas". Leve ao forno cerca de 15 minutos.

Dica: A massa que sobra pode ser congelada num saco de plástico para utilizar outra vez.

10. Pão rústico

aprox. 700 g
3.40 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g trigo sarraceno
280 g água
½ saqueta de fermento seco, cerca de 5 g
1 c. chá de açúcar
250 g farinha de trigo
100 g farinha de centeio
50 g sementes de sésamo
1 c. chá de sal
30 g azeite

PREPARAÇÃO

· Com o copo seco, pulverize o trigo sarraceno **30 Seg/ Vel 9**. Reserve.

· Coloque a água, o fermento, o açúcar, 100 g farinha de trigo e envolva **10 Seg/ Vel 3**. Deixe repousar dentro do copo durante 15 minutos, até ganhar uma consistência semelhante à de uma esponja.

· Junte os restantes ingredientes, a farinha de trigo sarraceno reservada e amasse **3 Min/ Vel** . Retire e deixe que dobre de volume num local morno.

· Depois deste tempo forme uma bola e coloque num tabuleiro de forno polvilhado com farinha. Faça cortes em xadrez e deixe dobrar novamente de volume. Leve ao forno pré-aquecido a 200ºC cerca de 50 minutos.

11. Massa choux

aprox. 30 Choux
5 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

160 g farinha
250 g água
100 g manteiga
1 c. chá de sal
1 pitada de açúcar
4 ovos médios

PREPARAÇÃO

· Pese a farinha e reserve.

· No copo coloque a água, a manteiga, o sal, o açúcar e programe **5 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Junte a farinha de uma vez só e programe **15 Seg/ Vel 4**.

· Retire o copo da base e deixe a massa arrefecer 20 minutos.

· Bata os ovos à parte, com a Bimby em funcionamento na **Vel 4**, adicione-os através do bocal da tampa.

· Coloque a massa dentro de um saco pasteleiro e deixe repousar durante 30 minutos.

· Pré aqueça o forno a 180ºC. Num tabuleiro forrado com papel vegetal, faça pequenos montes, separados uns dos outros, com a ajuda do saco de pasteleiro.

· Reduza a temperatura para 160ºC e leve ao forno cerca de 30 a 40 minutos ou até que fiquem dourados. Deixe os choux arrefecerem dentro do forno com a porta entre-aberta.

Dica
Pode substituir a saqueta de fermento seco por 25 g fermento de padeiro fresco. Use farinha Tipo 65.



7

Dica
Pode substituir o fermento seco por 25 g fermento padeiro fresco. Coloque um recipiente com água no forno para que o pão fique mais crocante.



10



8

Dica
Pode rechear os choux com cremes doces ou salgados.



11

12. Massa quebrada

aprox. 500 g
15 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

300 g farinha
130 g manteiga
70 g água
½ c. chá de sal
½ c. chá de açúcar

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes pela ordem indicada e programe **15 Seg/ Vel 6**.

· Estenda a massa com a ajuda de um rolo. Forre uma tarteira e recheie a gosto.

13. Massa lêveda | Pão caseiro

INGREDIENTES

250 g leite
25 g margarina
5 g sal
10 g açúcar
½ saqueta fermento seco, cerca de 5 g
500 g farinha

aprox. 10 -12 Pães
3.30 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes pela ordem indicada, excepto a farinha e programe **1,30 Min/ 37º/ Vel 2**.

· Junte a farinha e amasse **2 Min/ Vel 4**.

· Retire e molde o pão, poderá fazer um só pão ou pães individuais com cerca de 80 g cada um.

· Coloque num tabuleiro polvilhado com farinha e aguarde que dobre de volume num local morno.

· Leve ao forno pré-aquecido a 180º C cerca de 20 minutos.

14. Massa de panquecas

aprox. 20 Un
15 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

150 g farinha
½ c. chá de sal
50 g manteiga
50 g açúcar
200 g leite
2 ovos
1 c. chá de fermento em pó p/ bolos

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **15 Seg/ Vel 6**.

· De seguida, unte uma frigideira pequena com manteiga e aqueça ao lume. Coloque uma concha da massa preparada, quando começarem a sair "borbulhas" na superfície, vire e aloure o outro lado.

Dica: Sirva com natas, chocolate, caramelo líquido, doce, etc.

15. Massa folhada

aprox. 500 g Massa
20 Seg
DIFICULDADE: DIFÍCIL

INGREDIENTES

200 g manteiga s/ sal semi-congelada, em pedaços pequenos
200 g farinha
90 g água muito fria ou vinho branco
1 c. chá de sal

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **20 Seg/ Vel 6**.

· Retire a massa do copo, faça uma bola, embrulhe em película aderente ligeiramente enfarinhada. Deixe repousar no frigorífico durante 30 minutos a 1 hora, o que fará com que a massa se torne mais maleável para estender.

· Polvilhe uma superfície com farinha e estenda a massa dando-lhe a forma de um rectângulo, corte as pontas com um corta massas ou uma faca muito afiada para cortar sem calcar.

· Dobre a massa em 3 partes iguais pondo uma parte sobre a outra.

· Rode a massa em 90º, de modo a ficar com o lado dobrado para a sua esquerda, como se fosse um livro. Repita esta operação mais duas a três vezes e deixe repousar novamente no frigorífico durante 20 minutos, antes de utilizar.

· Corte a massa com o feitio que desejar, consoante a finalidade, e leve ao forno pré-aquecido entre 220ºC a 240ºC, num tabuleiro polvilhado com farinha.

16. Massa de rissóis

aprox. 18 Un
5 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

250 g farinha
250 g água
30 g manteiga
5 g azeite
1 pitada de sal

PREPARAÇÃO

· Pese a farinha e reserve.

· Coloque no copo a água, a manteiga, o azeite, o sal e programe **5 Min/ 100º/ Vel 1**.

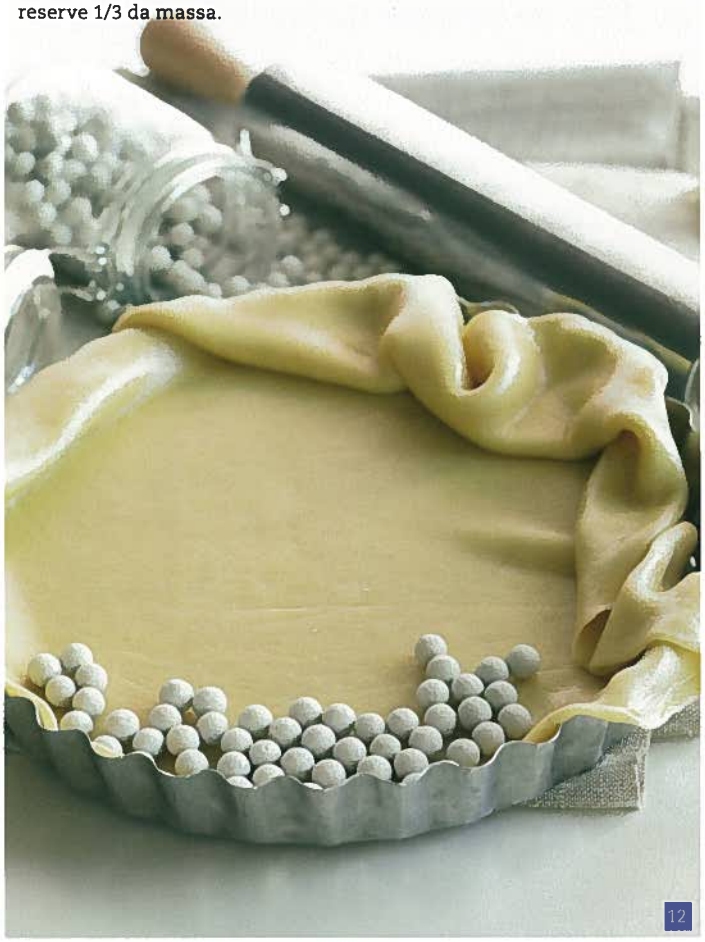
· Junte a farinha de uma só vez e programe **20 Seg/ Vel 4**. Retire a massa e deixe arrefecer.

· Numa superfície estenda a massa com ajuda de um rolo, e recheie a gosto.

Nota: Esta massa serve para rissóis, almofadas de carne ou enrolados de salsicha.

Notas

Dica
Se desejar cobrir a tarte reserve 1/3 da massa.



Dica
A massa folhada pode ser congelada até 6 meses. Descongele no frigorífico de um dia para o outro.



Dica
Pode substituir a saqueta de fermento seco por 25 g fermento de padeiro fresco.



Dica
Para a massa ficar mais macia, junte um fio de óleo ou azeite através do bocal da tampa durante o último passo feito na Bimby.



17. Pão de queijo

aprox.
12 Bolas de 70 g

10 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

150 g queijo (tipo ilha)
200 g leite
100 g óleo
1 c. chá de sal
250 g polvilho azedo
2 ovos pequenos

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o queijo aos pedaços, dê **3 golpes de Turbo** e rale **10 Seg/ Vel 9**. Reserve.

· Coloque no copo o leite, o óleo, o sal e programe **7 Min/ 90º/ Vel 1**.

· Adicione o polvilho e programe **20 Seg/ Vel 6**.

· Deixe arrefecer, retirando o copo da base.

· De seguida adicione os ovos, o queijo reservado e programe **1 Min/ Vel 6**. Amasse **2 Min/ Vel** .

· Deixe repousar cerca de 10 minutos. Faça bolas pequenas com uma colher de gelados e leve ao forno pré-aquecido a 180ºC cerca de 20 minutos.

Nota: Este pão faz-se tradicionalmente com queijo de Minas Gerais (Brasil), esta receita foi testada com queijo da ilha por se aproximar mais em sabor da receita original. O polvilho azedo encontra-se na secção de farinhas nas grandes superfícies.

Dica: Pode congelar as bolas e quando for cozer não é necessário descongelar. Se não tiver colher de gelados, modele o pão de queijo com ajuda de 2 colheres de sopa.

18. Massa de crepes

aprox.
18 Crepes

15 Seg

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

250 g farinha
500 g leite
2 ovos
1 c. sopa de azeite
1 pitada de sal
Óleo q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **15 Seg/ Vel 6**.

· Unte uma frigideira anti-aderente com óleo e frite os crepes um a um. Deite pequenas quantidades de massa de cada vez para que os crepes fiquem bem fininhos.

19. Massa tenra

aprox.
20 Pasteis

2 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

50 g manteiga
20 g banha
100 g água
270 g farinha
1 pitada de sal

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a manteiga, a banha e programe **2 Min/ 100º/ Vel 2**.

· Junte a água, a farinha, o sal e misture **20 Seg/ Vel 6**.

· Deixe descansar durante 2 horas.

· Estenda a massa com um rolo e faça os pastéis.

Nota: Esta massa tradicionalmente é frita, poderá também cozer no forno.

20. Pão de passas ou nozes

aprox. 1000 g

5 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

130 g água
130 g leite
50 g açúcar
1 pitada sal
½ saqueta de fermento seco, cerca de 5 g
150 g manteiga
1 ovo
1 pitada de noz-moscada
550 g farinha
200 g passas corintos ou nozes
1 gema de ovo p/ pincelar

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a água, o leite, o açúcar, o sal, o fermento, a manteiga e programe **1,30 Min/ 37º/ Vel 1**.

· Junte o ovo, a noz-moscada e bata **6 Seg/ Vel 4**.

· Adicione a farinha envolva **10 Seg/ Vel 6**, a seguir programe **3 Min/ Vel** .

· Retire e misture as passas ou as nozes com a massa.

· Coloque numa forma de bolo inglês grande, untada com manteiga e polvilhada com farinha, espere que dobre de volume.

· Leve ao forno pré-aquecido a 180ºC cerca de 25 minutos. Antes de tirar do forno, pincele com a gema e deixe mais alguns minutos para alourar.

Dica: Pode substituir a saqueta de fermento seco por 25 g fermento de padeiro fresco.

21. Massa de empadas

30 empadas

4 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

50 g água
50 g azeite
50 g vinho branco
100 g margarina ou 50 g banha
1 c. chá de sal
1 ovo
½ saqueta de fermento seco, cerca de 5 g
450 g farinha
1 gema de ovo p/ pincelar

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a água, o azeite, o vinho, a margarina, o sal e programe **2 Min/ 37º/ Vel 2**.

· Adicione o ovo, o fermento, a farinha e programe **2 Min/ Vel** .

· Numa superfície polvilhada com farinha, estenda a massa com a ajuda de um rolo de modo a que fique fina. Forre uma tarteira ou formas pequenas para empadas e reserve uma parte da massa para cobrir.

· Coloque o recheio escolhido que deverá estar frio, cubra com a restante massa reservada e pincele a superfície com a gema. Leve ao forno pré-aquecido a 180ºC cerca de 30 minutos.

Dica: Pode substituir a saqueta de fermento seco por 25 g fermento de padeiro fresco.

Notas

22. Quiche Lorraine

6 PAX

6 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES P/ A MASSA

200 g farinha
90 g margarina
45 g água
½ c. chá de sal
½ c. chá de açúcar

INGREDIENTES P/ O RECHEIO

150 g queijo Gruyére
150 g presunto ou bacon (deixar umas tiras para decorar)
250 g leite
30 g farinha
40 g margarina
Sal e pimenta q.b.
3 ovos
50 g natas ou leite evaporado

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes para a massa e programe **15 Seg/ Vel 6**.

· Estenda a massa com a ajuda de um rolo, coloque-a sobre uma tarteira ou formas individuais.

· Pré-aqueça o forno a 180ºC.

· Coloque no copo o queijo e triture com **golpes de Turbo**. Reserve.

· A seguir coloque no copo o presunto, pique **3 Seg/ Vel 3** e reserve.

· Coloque no copo o leite, a farinha, a margarina, o sal, a pimenta e programe **6 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Coloque o queijo reservado, os ovos e misture **6 Seg/ Vel 5**. Incorpore as natas e rectifique os temperos.

· Sobre a base da tarte coloque o presunto reservado e cubra com o preparado.

· Decore se desejar, com tiras de presunto ou bacon e leve ao forno cerca de 25 minutos.

Dica: Pode substituir o presunto por fumados, espinafres, brócolos, cogumelos, centros de alcachofras, etc.

23. Quiche rápida com alho francês

6 PAX

10 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES P/ A MASSA

200 g farinha
90 g margarina
45 g água
½ c. chá de sal
½ c. chá de açúcar

INGREDIENTES P/ O RECHEIO

50 g margarina
100 g bacon em cubos
300 g alho francês às rodelas finas
Sal e pimenta q.b.
200 g natas
4 ovos

PREPARAÇÃO DA MASSA

· Coloque no copo todos os ingredientes pela ordem indicada e programe **15 Seg/ Vel 6**.

· Estenda a massa com a ajuda de um rolo. Coloque-a sobre uma forma e ajuste-a com as mãos.

· Pique a massa com um garfo e reserve.

PREPARAÇÃO DO RECHEIO

· Sem lavar o copo, coloque a margarina, o bacon, o alho francês, os temperos e programe **10 Min/ 100º/ Vel 1**. Retire e deixe arrefecer.
· Sem lavar o copo, deite as natas, os ovos e programe **15 Seg/ Vel 5**.

· Sobre a massa deite o preparado reservado, os ovos batidos com as natas e leve ao forno pré-aquecido a 180ºC cerca de 20 minutos ou até ficar dourado.

24. Empada de galinha

6 PAX

52 Min

DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES P/ A MASSA

30 g água
10 g azeite
30 g vinho branco
30 g margarina ou banha
½ c. chá de sal
15 g fermento padeiro fresco
1 ovo
300 g farinha

INGREDIENTES P/ O RECHEIO

1 cebola
1 cenoura
2 dentes de alho
3 pés de salsa
50 g azeite
1 frango (partido em pedaços pequenos)
100 g vinho branco
10 g molho de soja (opcional)
2 caldos de galinha
Pimenta q.b.
80 g farinha
2 gemas de ovo
1 ovo p/ pincelar

PREPARAÇÃO

· Comece por fazer a massa, colocando no copo todos os ingredientes, excepto o ovo, a farinha e programe **1,30 Min/ 37º/ Vel 2**.

· Junte o ovo, a farinha e programe **2 Min/ Vel 4**. Reserve e deixe levedar 30 minutos.

· Coloque no copo a cebola, a cenoura, os alhos, a salsa, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1 ½**.

· Junte o frango, o vinho, o molho de soja, os caldos, a pimenta e programe **35 Min/ 100º/ Varoma/ Vel Colher**.

· Retire o frango e desosse-o. Reserve.

· Ao caldo que ficou no copo adicione a farinha e programe **5 Min/ 90º/ Vel 3**.

Rectifique os temperos e programe **2 Min/ 90º/ Vel 3**, deite as gemas em fio pelo bocal da tampa.

· Junte o frango desossado e programe **1 Min/ Vel 3** ajudando a envolver com a espátula através do bocal da tampa. Deixe arrefecer.

· Reserve 1/3 da massa para cobrir a empada. Estenda a restante massa muito fina, forre um tabuleiro e recheie. Cubra com a massa reservada, una os bordos de baixo para cima. Faça enfeites com as sobras da massa, pincele com ovo batido e leve ao forno pré-aquecido a 200º C cerca de 30 minutos ou até verificar que a massa está bem cozida.

Dica: opcionalmente, pode adicionar ao recheio, ervilhas, cogumelos, etc. Pode substituir o fermento de padeiro fresco por ½ colher de chá de fermento de padeiro seco.

Notas


ARROZ

7. Acompanhamentos

68. Passo a Passo
1. Arroz Mediterrânico

70. Acompanhamentos
2. Arroz de cenoura
3. Arroz de tomate
4. Risotto
de cogumelos pleurothus
com champanhe
5. Arroz branco
6. Arroz Árabe

72. Acompanhamentos
7. Açorda de tomate
8. Espinafres à Bimby
9. Esparguete
10. Puré de batata
11. Puré de castanhas
12. Esparregado

1. Arroz Mediterrânico

INGREDIENTES

4 dentes de alho
20 g salsa cortada
2 caldos de legumes ou sal
50 g sumo de limão
50 g sumo de laranja
500 g água
Açafrão q.b.
1 malagueta (opcional)
40 g azeite
100 g pimento verde
100 g pimento vermelho
200 g tomate fresco em pedaços
100 g feijão verde fresco
100 g alcachofras partidas em quartos
100 g couve flor
50 g ervilha
100 g courgettes com casca
100 g cogumelos laminados
350 g arroz agulha

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo 2 dentes de alho, a salsa, os caldos e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Adicione os sumos, a água, o açafrão, a malagueta, e triture **10 Seg/ Vel 7**. Retire e reserve.

· Deite no copo o azeite, os pimentos, o tomate, os alhos restantes e pique **3 Seg/ Vel 5**. A seguir programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte os legumes e programe **7 Min/ 100º/ / Vel **.

· Adicione o arroz , o líquido reservado e programe **18 Min/ 100º/ / Vel **. A meio da cozedura, envolva bem com a ajuda da espátula para soltar o arroz.

· Sirva de imediato.

6 PAX
30 Min
DIFICULDADE: FÁCIL



• Comece por separar os ingredientes necessários.



• Pique o alho, a salsa e os caldos.



• Adicione o azeite, os pimentos, o tomate, os alhos e pique.



• Junte os legumes.



Dica

Pode substituir os legumes frescos por congelados.

2. Arroz de cenoura

6 PAX
25 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 cebola
1 dente de alho
1 cenoura grande
40 g azeite
350 g arroz agulha
800 g água
1 caldo de legumes ou sal q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, o alho, a cenoura, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**. Retire. Coloque o refogado no cesto juntamente com o arroz. Reserve.

· Sem lavar o copo, coloque a água, o caldo, introduza o cesto com o preparado e programe **20 Min/ 100º/ Vel 3**.

· Durante a cozedura mexa uma ou duas vezes com a espátula para ajudar a soltar o arroz.

· Retire o cesto com a ajuda da espátula e coloque o arroz numa travessa.

Dica: Pode substituir a cenoura por 100 g de ervilhas congeladas, depois de picar a cebola e o alho.

3. Arroz de tomate

6 PAX
23 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 cebola
2 dentes de alho
200 g tomate (natural ou polpa)
50 g azeite
400 g arroz agulha
1200 g água
Sal q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, os alhos, o tomate, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**. A seguir programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte o arroz, a água, o sal e programe **18 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Sirva de imediato.

Nota: A meio da cozedura, pare a Bimby, retire a tampa e com a ajuda da espátula, solte o arroz que está no fundo do copo.

4. Risotto de cogumelos pleurothus com champanhe

4 PAX
23 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

250 g cogumelos pleurothus frescos
1 cebola
1 dente de alho
30 g azeite
100 g bacon em tiras
1 caldo de carne
300 g de champanhe ou vinho branco
500 g água
300 g arroz arbóreo ou próprio p/ risotto
1 c. sopa manteiga
50 g queijo parmesão ralado

PREPARAÇÃO

· Lamine os cogumelos e reserve.

· Coloque no copo a cebola, o alho, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Junte o bacon, os cogumelos, e refogue **5 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Adicione o caldo, o champanhe, a água, o arroz e programe **16 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· A meio do tempo programado, pare e envolva com a ajuda da espátula.

· Adicione a manteiga, o queijo ralado e programe **2 Min/ 100º/ ↶/Vel ⫝̸**.

· Sirva de imediato.

Dica: Acompanhe com salada de rúcula, e decore com folhas de salsa.

5. Arroz branco

12 Bolas
20 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

800 g água
Sal q.b.
20 g azeite
Até 400 g arroz agulha
Manteiga q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a água, o sal, o azeite, introduza o cesto com o arroz e programe **20 Min/ 100º/ Vel 3**.

· Durante a cozedura mexa uma ou duas vezes com a espátula para ajudar a soltar o arroz.

· Quando terminar, retire o cesto com a ajuda da espátula, deite numa travessa, junte a manteiga desejada e envolva.

Dica: Esta receita foi testada com arroz agulha, se utilizar outro tipo de arroz terá de verificar o tempo de cozedura:

Arroz carolino 17 Min

Arroz basmati 17 Min

Arroz agulha 20 Min

Arroz vaporizado 25 Min

Arroz integral 45 Min

Nota: Para fazer arroz integral utilize 1000 g água.

6. Arroz Árabe

6 PAX
25 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 cebola
1 dente de alho
30 g azeite
200 g arroz basmati
50 g pinhões
1 c. chá de sal
800 g água
100 g sultanas

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, o alho, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Adicione o arroz, os pinhões, o sal e refogue mais **3 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Retire, coloque o arroz no cesto. Reserve.

· Sem lavar o copo coloque a água, introduza o cesto com o arroz e programe **17 Min/ 100º/ Vel 3**.

· Adicione as passas e misture bem com a espátula. Espere uns minutos antes de retirar.

· Retire o cesto com a ajuda da espátula e coloque o arroz numa travessa.

Notas


2
5
6
3

7. Açorda de tomate

4 PAX
12 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

350 g pão
500 g água
90 g azeite
1 cebola
4 dentes de alho
100 g tomate, aos pedaços
Sal e pimenta q.b.

PREPARAÇÃO

· Demolhe o pão na água e reserve.

· No copo coloque o azeite, a cebola, os alhos e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Adicione o tomate e programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Coloque a "borboleta", deite o pão demolhado, a água em que demolhou, os temperos e programe **7 Min/ 100º/** **/ Vel** .

· Sirva de imediato.

8. Espinafres à Bimby

6 PAX
29 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

4 dentes de alho
40 g azeite
250 g batatas cortadas às rodelas
300 g espinafres
1 c. sopa de margarina
1 caldo de legumes ou sal q.b.
Pimenta q.b.
1 fio de vinagre (opcional)

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo os alhos, o azeite e pique **3 Seg / Vel 5**.

· De seguida programe **4 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Coloque a "borboleta", junte as batatas e programe **10 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Incorpore os restantes ingredientes, à excepção do vinagre, e programe **15 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Quando terminar o tempo, regue com um fio de vinagre e verifique se as batatas estão cozidas.

Dica: Adicione 50 g de passas e 30 g de pinhões. Os espinafres podem ser congelados. Descongele-os e escorra-os bem.

9. Esparguete

6 PAX
20 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1500 g água
Óleo ou azeite q.b.
Sal q.b.
500 g esparguete
Manteiga q.b. p/ envolver

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a água, um fio de óleo ou azeite, o sal e programe **10 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Com a Bimby parada, deite o esparguete pelo bocal da tampa e programe **o tempo indicado na embalagem/ 100º/** **/ Vel** .

· Escorra, deite a manteiga e envolva.

10. Puré de batata

6 PAX
30 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1000 g batatas p/ fritar descascadas e cortadas aos pedaços
400 g leite
Sal q.b.
40 g manteiga
Pimenta e noz-moscada q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque a "borboleta", a batata, o leite, o sal e programe **30 Min/ 90º / Vel 1**. (Se utilizar água no lugar do leite, programe **20 Min/100º / Vel 1.**)

· Adicione a manteiga, os temperos e programe **30 Seg/ Vel 3**.

· Tem de ficar homogéneo. Rectifique os temperos. Se gostar do puré mais líquido acrescente mais leite.

Dica: Opcionalmente, pode cozer juntamente com a batata 250 g de brócolos ou cenouras e ficará com um puré colorido.

11. Puré de castanhas

6 PAX
31 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

500 g castanhas (podem ser congeladas)
500 g água
Leite q.b. à temperatura ambiente
10 g manteiga

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo as castanhas, a água e programe **30 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Escorra a água com ajuda do cesto.

· Programe **1 Min/ Vel 7,** vá adicionando o leite pelo bocal da tampa até atingir a consistência desejada.

· Junte a manteiga e envolva **10 Seg/ Vel 5**.

Nota: Quando triturar, faça-o **progressivamente** até chegar à velocidade 7. É fundamental esperar 2 a 3 segundos antes de abrir a tampa.

12. Esparregado

4 PAX
25 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

400 g espinafres frescos
Sal q.b.
2 dentes de alho
30 g azeite
50 g farinha
200 g leite
1 c. sopa de vinagre

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo os espinafres a água, o sal e programe **8 Min/ 100º/ Vel 1**. Escorra-os bem e reserve.

· Coloque no copo os alhos, o azeite e pique **4 Seg/ Vel 5**.

· De seguida programe **5 Min/ Varoma/ Vel 2**.

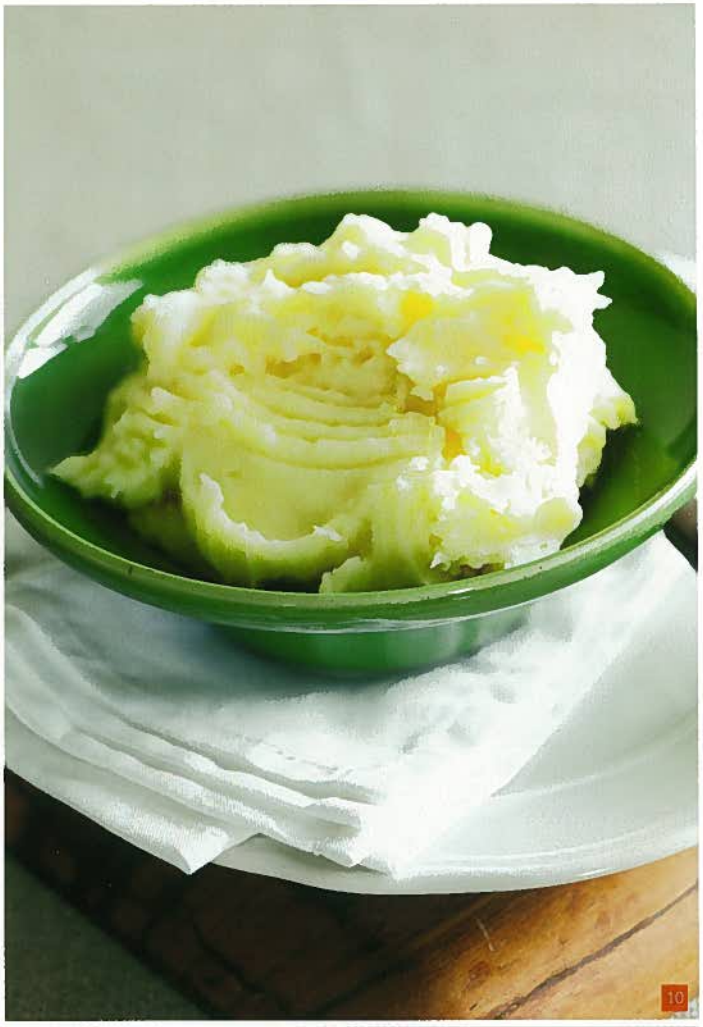
· Adicione os espinafres e programe **5 Min/ 100º/ Vel 2**.

· Adicione a farinha, o leite e programe **20 Seg/ Vel 7**.

· Programe mais **7 Min/ 100º/ Vel 2**.

· Bata alguns segundos na **Vel 5** para homogeneizar o esparregado até à consistência desejada e tempere com o vinagre.


7


10

Dica

Deve sempre ter em atenção os tempos de cozedura indicados na embalagem e adaptar quando necessário.


9


12



8. Peixe e Marisco

76. Passo a passo
1. Dourada ao sal

78. Peixe e marisco
2. Arroz de marisco
3. Tamboril à Americana
4. Arroz de polvo
5. Caldeirada de peixe

80. Peixe e marisco
6. Caril de camarão
7. Empada Galega
8. Bacalhau com natas
9. Lulas com molho mostarda

82. Peixe e marisco
10. Moqueca de camarão
11. Bacalhau à brás
12. Fumet de camarão
13. Chao min de gambas
14. Pescada com batatas ao vapor

84. Peixe e marisco
15. Pastéis de bacalhau
16. Rissóis de camarão
17. Torta de camarão
18. Pataniscas de bacalhau

86. Peixe e marisco
19. Bacalhau espiritual
20. Gratinado de lulas
21. Arroz tipo paella
22. Linguado com estragão

87. Peixe e marisco
23. Bacalhau com coentros
24. Caldeirada de marisco
25. Arroz de bacalhau com espinafres e feijão
26. Coroa de atum

88. Peixe e marisco
27. Mousse de atum
28. Sardinhas frescas em papelote
29. Douradas ao vapor
30. Gratinado rico da Leonor
31. Bacalhau com natas com batata cozida

89. Peixe e marisco
32. Lulas recheadas
33. Rolo de bacalhau com brôa
34. Cou-cous com salmão ao vapor
35. Camarão na abóbora

1. Dourada ao sal

INGREDIENTES

1000 g água

1500 g sal grosso

1 Dourada inteira de 800 a 1000 g (com escamas)

PREPARAÇÃO

· Coloque a água no copo e programe **10 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Na Varoma coloque uma camada de sal. Lave a Dourada, seque-a com papel de cozinha e coloque-a em cima do sal.

· Cubra-a com a mesma quantidade de sal apertando bem para que fique tapada.

· Retire rapidamente o copo de medida, coloque a Varoma e programe **40 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· Retire a Varoma, parta o sal e retire a Dourada.

4 PAX

50 Min

DIFICULDADE: FÁCIL



• Se a dourada não couber bem corte-lhe o rabo e um pouco da parte da boca.



• Coloque uma camada de sal, a Dourada e cubra-a com sal.

Dica

Poderá colocar batatas com casca no cesto após 10 minutos da Dourada estar a cozer, e cozê-las ao mesmo tempo que a dourada.



2. Arroz de marisco

4 PAX

28 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

250 g camarão
1100 g água
50 g azeite
1 cebola
1 dente de alho
100 g tomate
½ pimento verde ou vermelho
250 g arroz agulha
400 g mistura de marisco
2 caldos de marisco
Coentros q.b.

PREPARAÇÃO

· Faça o fumet com as cascas, as cabeças do camarão, 500 g água e programe **5 Min/ 100º/ Vel 3**. Coe com o cesto e reserve o caldo.

· Com o copo limpo coloque o azeite, a cebola, o alho, o tomate, o pimento e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· De seguida programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte o fumet reservado, o arroz, a mistura de marisco, o camarão reservado, a água restante, os caldos de marisco, e programe **18 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· A meio da cozedura, retire a tampa e com a ajuda da espátula, solte o arroz que está no fundo do copo.

· Rectifique os temperos e polvilhe com coentros picados.

3. Tamboril à Americana

6 PAX

31 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

50 g azeite
150 g gambas
50 g Brandy
250 g água
2 caldos de peixe
1 c. chá de estragão
Pimenta q.b.
1000 g lombos de tamboril
Farinha q.b.
10 g salsa cortada

INGREDIENTES P/ O REFOGADO

50 g azeite
250 g cebola
2 dentes de alho
250 g tomate

PREPARAÇÃO

· Comece por fazer o fumet, coloque 50 g de azeite no copo e programe **3 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Adicione as cascas, as cabeças das gambas dê **5 golpes de turbo** e programe **5 Min/ 100º/ Vel 3**.

· Coloque o Brandy, a água e programe **5 Min/ 100º/ Vel 2**. Coe com a ajuda do cesto e reserve.

· Com o copo limpo faça o refogado, coloque todos os ingredientes e pique **5 Seg/ Vel 5**. Com a ajuda da espátula baixe o que ficou na parede do copo e programe **5 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· De seguida triture por **15 Seg/ Vel 7**.

· Adicione o fumet reservado, os caldos de peixe, o estragão, a pimenta e programe **7 Min/ 100º/ Vel ⫝̸**.

· Passe o tamboril cortado em cubos por farinha e coloque-o no copo. Programe **8 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**. Quando faltarem **2 Min** para o final incorpore as gambas e a salsa através do bocal da tampa.

4. Arroz de polvo

6 PAX

63 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 polvo médio (até 1200g)
2 cebolas médias
70 g azeite
2 dentes de alho
300 g tomate, aos pedaços
350 g arroz agulha
Água q.b.
Sal, pimenta q.b.
Coentros q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o polvo cortado aos pedaços, 1 cebola, 100 g de água ou vinho tinto e programe **30 Min/ Varoma/ ↶/ Vel 1 ½**. Retire e reserve o polvo e a água da cozedura.

· Coloque o azeite no copo e aqueça **3 Min/ Varoma / Vel 1½**.

· Junte a restante cebola, os alhos e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Quando terminar adicione o tomate e refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1½**.

· Junte o polvo cozido, tempere a gosto e programe **7 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Adicione o arroz, pese a água de cozer o polvo reservada, acrescentando o resto de água até completar as 800 g e programe **18 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· A meio da cozedura, retire a tampa e com a ajuda da espátula, solte o arroz que está no fundo do copo.

· Por fim salpique com coentros picados.

Nota: Se utilizar polvo fresco, aconselhamos a congelar previamente.

5. Caldeirada de peixe

6 PAX

25 Min

DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES P/ A VAROMA

6 postas de maruca ou cherne
2 tomates frescos
½ pimento verde
½ pimento vermelho
Sal q.b

INGREDIENTES P/ O COPO

2 cebolas
2 dentes de alho
50 g azeite
400 g tomate em pedaços (lata)
1000 g batata p/ fritar, cortada às rodelas
2 caldos de peixe
Piri-piri q.b.
200 g vinho branco
50 g água
1 folha de louro

PREPARAÇÃO

· Coloque na Varoma, as postas de peixe, o tomate e os pimentos cortados em rodelas finas, salpique com sal e reserve.

· Coloque no copo 1 cebola, os alhos, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Junte a cebola restante cortada em rodelas, o tomate em pedaços e programe **5 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Coloque a "borboleta", junte as batatas, os caldos, o piri-piri, o vinho, a água, a folha de louro, a Varoma e programe **20 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Sirva de imediato.





Dica

Quando cozer o polvo pode substituir a àgua por 100 g de vinho tinto.



Dica

Acompanhe com arroz branco.



6. Caril de camarão

6 PAX
23 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

40 g azeite
2 cebolas grandes
1 malagueta verde
10 g coentros frescos
20 g gengibre fresco
3 dentes de alho
2 c. chá de cominhos
2 c. chá de coentros moídos
½ c. chá de açafrão da Índia
1 c. chá de sal
500 g camarão s/ casca
70 g polpa de tomate
300 g leite de coco

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o azeite e programe **1 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Adicione as cebolas, a malagueta, os coentros frescos, o gengibre descascado e cortado em rodelas, os alhos e pique **10 Seg/ Vel 5**. Com a ajuda da espátula, faça descer os resíduos que ficaram nas paredes do copo.

· De seguida refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 2**, sem o copo de medida.

· Junte os cominhos, os coentros, o açafrão, o sal e programe **5 Min/ 100º/ Vel 2**, sem o copo de medida.

· Adicione o camarão, a polpa de tomate, o leite de coco e envolva bem com a espátula. Programe **12 Min/ 100º/ Varoma/ Vel** ⫝̸.

7. Empada Galega

8 PAX
12 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES P/ A MASSA

50 g água
50 g azeite
50 g vinho branco
1 pitada de açúcar
1 c. chá de sal
150 g margarina ou banha
½ saqueta de fermento seco, cerca de 5 g
1 ovo
500 g farinha
1 ovo p/ pincelar

INGREDIENTES P/ O RECHEIO

200 g queijo mozzarella
100 g cebola
200 g tomate
30 g azeite
½ pimento verde
½ pimento vermelho
50 g pepinos em vinagre
4 latas de atum
50 g presunto em cubos

PREPARAÇÃO DA MASSA

· Coloque os líquidos no copo, o açúcar, o sal, a margarina e programe **2 Min/ 37º/ Vel 1**.

· Adicione o fermento e programe **3 Seg/ Vel 4**.

· Junte o ovo, a farinha e programe **2 Min/ Vel** 🥄 até que a massa fique homogénea (se estiver demasiado pesada, junte-lhe um pouco de água ou vinho e, se estiver demasiado pegajosa, incorpore um pouco mais de farinha). Retire e deixe dobrar de volume.

PREPARAÇÃO DO RECHEIO

· Comece por ralar o queijo, dê **3 - 4 golpes** de **Turbo** e reserve.

· Coloque no copo a cebola, o tomate, o azeite, os pimentos cortados em rodelas, os pepinos e programe **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel** ⫝̸.

· Adicione o atum bem escorrido, o presunto e programe **3 Min/ 100º/ Vel** ⫝̸. Retire e deixe arrefecer.

· Reserve ⅓ da massa para cobrir a empada, estenda a restante massa muito fina com ajuda de um rolo e forre com ela uma forma rectangular.

· Coloque o recheio, polvilhe com o queijo reservado e cubra com a massa restante.

· Fure a superfície da massa com um garfo e pincele com o ovo batido, decore-a a seu gosto. Introduza-a no forno pré-aquecido a 200º C cerca de 20 minutos.

8. Bacalhau com natas

6 PAX
20 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

Pão ralado aromatizado feito na Bimby
200 g cebola
2 dentes de alho
50 g azeite
400 g bacalhau demolhado e desfiado
400 g batata palha

INGREDIENTES P/ O BÉCHAMEL

1000 g leite
100 g farinha
50 g manteiga
Sal, pimenta e noz-moscada q.b.
200 g natas

PREPARAÇÃO

· Faça o pão ralado conforme receita da pág. 11. Reserve.

· Coloque no copo a cebola, os alhos, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte o bacalhau bem escorrido e programe **5 Min/ Varoma/** 🥄**/ Vel** ⫝̸.

· Coloque num pyrex alternadamente a batata, o bacalhau e com a ajuda da espátula envolva bem.

· Sem lavar o copo coloque todos os ingredientes para o béchamel excepto as natas e programe **8 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Pré-aqueça o forno a 180ºC.

· Adicione as natas e programe **2 Min/ 90º/ Vel 4**.
Deite por cima do preparado e envolva bem com a ajuda da espátula.

· Decore com o pão ralado reservado e leve ao forno para gratinar cerca de 20 minutos.

Nota: Pode fazer esta receita substituindo a batata palha por batata cozida.

9. Lulas com molho mostarda

6 PAX
39 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

50 g azeite
150 g cebola
2 dentes de alho
250 g tomate em pedaços
1000 g lulas limpas, cortadas em pedaços
50 g vinho branco ou vinho tinto
1 folha de louro
Sal e pimenta q.b.
2 gemas de ovo
20 g mostarda
1 c. chá de sumo de limão
20 g salsa picada

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o azeite, a cebola, os alhos e pique **5 Seg/ Vel 5**. Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte o tomate e triture **20 Seg/ Vel 7**. Com a ajuda da espátula baixe os resíduos das paredes do copo e programe **5 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Adicione as lulas, o vinho, o louro, o sal, a pimenta e programe **25 Min/ 100º/** 🥄**/ Vel** ⫝̸.

· Verifique se as lulas estão cozidas, se for necessário programe mais alguns minutos á mesma temperatura e na mesma velocidade.

· Numa taça envolva as gemas, a mostarda, o sumo de limão. Programe **4 Min/** 🥄**/ Vel 1**, e incorpore esta mistura em fio pelo bocal da tampa.

· Coloque numa travessa de servir e polvilhe com a salsa picada.

Notas



Dica

Pode substituir o camarão por peixe.
Sirva com arroz basmati.

6



Dica

Poderá substituir a batata palha por batata cozida.

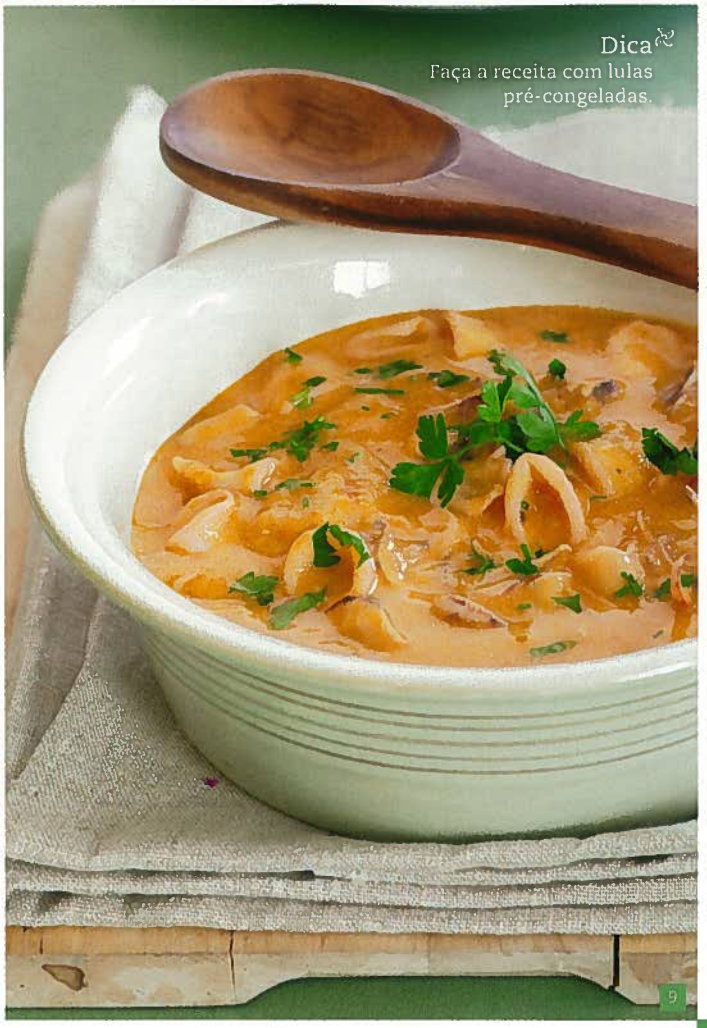
8



Dica

Decore a massa a seu gosto.

7



Dica

Faça a receita com lulas pré-congeladas.

9

10. Moqueca de camarão

4 PAX
13 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 cebola
2 dentes de alho
50 g azeite
200 g tomate pelado ou polpa
½ pimento verde
1 c. sopa de coentros picados
1 c. sopa de salsa picada
1 c. sopa de cebolinho picado
200 g leite de coco
500 g camarão médio (fresco ou congelado)
400 g filetes de peixe (pescada, cherne, etc.)
1 caldo de marisco
1 pitada de estragão
Sal e pimenta Caiena q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, os alhos e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Adicione o azeite, o tomate, o pimento, os coentros, a salsa, o cebolinho e programe **15 Seg/ Vel 7**.

· De seguida programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte o leite de coco e programe **3 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Adicione os restantes ingredientes e programe **5 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

11. Bacalhau à brás

6 PAX
13 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g azeite
400 g cebola
2 dentes de alho
300 g bacalhau demolhado e desfiado
200 g batata palha
6 ovos
Sal e pimenta q.b.
Salsa picada
100 g azeitona preta

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o azeite, a cebola, os alhos e programe **5 Seg/ Vel 5**. Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Adicione o bacalhau e programe mais **5 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Junte a batata palha e programe **3 Min/ 100º/ ↶/Vel 2**.

· Coloque numa frigideira e leve ao lume.

· Sem lavar o copo, deite os ovos e bata durante **10 Seg/ Vel 2**.

· Deite o preparado por cima do bacalhau, misture tudo muito bem, junte a pimenta, a salsa e rectifique o sal.

· Enfeite com as azeitonas.

12. Fumet de camarão

aprox. 250 g
5 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

130 g gambas congeladas
300 g água, vinho ou leite

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo as cascas, as cabeças das gambas, a água ou vinho e programe **5 Min/ 100º/ Vel 3**.

· Se preparar o fumet com leite programe **5 Min/ 90º/ Vel 3**.

· Com a ajuda do cesto coe, deixe arrefecer e congele. Pode utilizar as gambas para outras receitas.

Dica: O fumet congelado poderá ser utilizado em sopas, molhos e em molho béchamel para recheios, etc.

13. Chao min de gambas

6 PAX
35 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

2500 g água
250 g massa chinesa
250 g gambas
400 g miolo de camarão
150 g cebola
2 dentes de alho
70 g azeite
Vinho branco ou vinagre q.b.
600 g mistura chinesa (legumes laminados congelados)
150 g rebentos de soja
1 talo de aipo cortado às rodelas (opcional)
1 caldo de marisco
50 g molho de soja

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo 2000 g de água e programe **14 Min/ Varoma/ Vel ⫝̸**.

· Numa taça grande, coloque a massa e regue com a àgua a ferver. Reserve.

· Para o fumet coloque no copo as cascas, as cabeças das gambas, a água restante e programe **5 Min/ 100º/ Vel 3**. Coe o líquido e reserve.

· Com o copo limpo coloque a cebola, os alhos, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**. Com a ajuda da espátula baixe o que ficou na parede do copo.

· Programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1.** Deite algumas gotas de vinho, ou vinagre e deixe apurar durante mais **2 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Junte a mistura chinesa, os rebentos de soja, o aipo e programe **6 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Acrescente o caldo de marisco, o molho de soja, o fumet reservado, as gambas e o miolo de camarão. Envolva com a ajuda da espátula e programe **3 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Retire e envolva com a massa escorrida e reservada.

14. Pescada com batatas ao vapor

6 PAX
35 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

800 g postas de pescada
500 g batatas
1 cebola
1 dente de alho
1 cenoura
1 lata de tomate pelado
80 g azeite
150 g vinho branco
100 g água
Sal e pimenta q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque a pescada, previamente descongelada e temperada com sal na Varoma, no tabuleiro da Varoma coloque as batatas descascadas e cortadas em pedaços pequenos e reserve.

· No copo coloque a cebola, o alho, a cenoura e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Junte os restantes ingredientes, a Varoma com a pescada e as batatas e programe **35 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Disponha a pescada no prato de servir com as batatas e cubra com o molho de tomate.



Dica

Acompanhe com arroz cozido na Bimby.

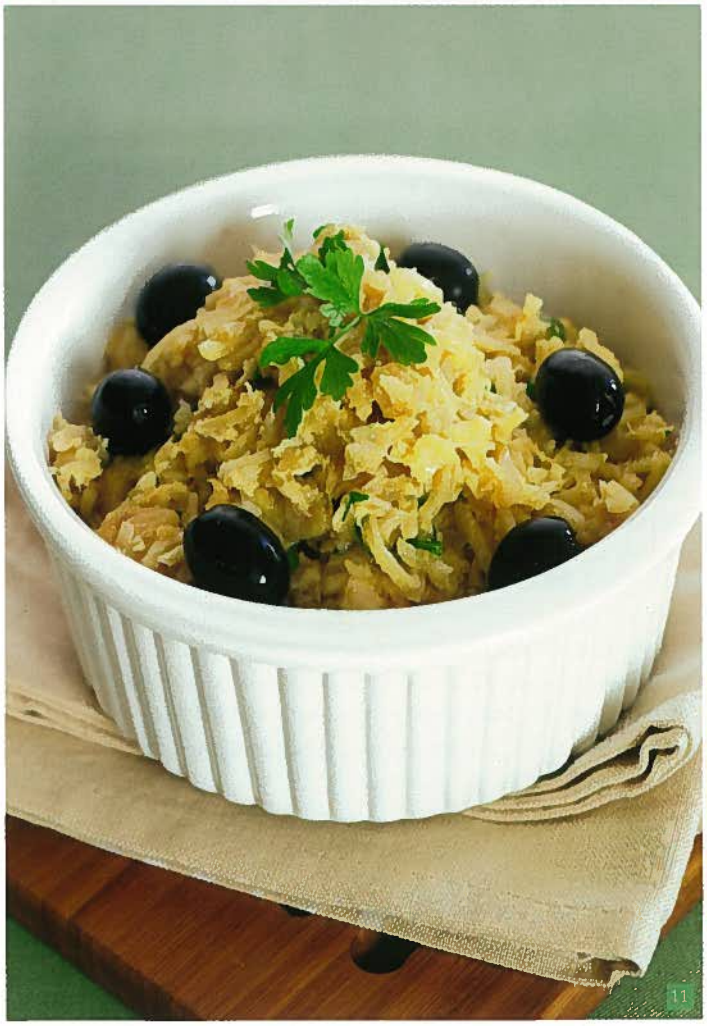
10



Dica

Pode substituir as gambas por outros ingredientes como por exemplo cogumelos, legumes a gosto e temperar com um pouco de caril.

13



11

Dica

Pode preparar esta receita com outro tipo de peixe.



14

15. Pastéis de bacalhau

aprox. 25 Un

15 Min

DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

50 g cebola
20 g salsa
300 g bacalhau demolhado e desfiado
300 g água
200 g batatas p/ fritar, cortadas em pedaços pequenos
Sal q.b.
2 ovos pequenos
Pimenta q.b.
Óleo p/ fritar q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque a cebola, a salsa e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Junte o bacalhau bem escorrido e programe **6 Seg/ Vel 5**. Retire e reserve.

· Sem lavar o copo coloque a água, as batatas, o sal e programe **15 Min/ Varoma/ Vel** ⫝.

· Certifique-se que as batatas estão cozidas, escorra-as para o cesto.

· Coloque no copo as batatas e programe **6 Seg/ Vel 4**.

· Junte os ovos, o bacalhau reservado, a pimenta e misture na **Vel 4** até que fique homogéneo.

· Faça os pastéis com a ajuda de duas colheres de sopa e frite-os em óleo abundante.

16. Rissóis de camarão

aprox. 24 Un

18 Min

DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES P/ A MASSA

250 g farinha
250 g água
30 g margarina
1 pitada de sal
1 fio de azeite ou óleo

INGREDIENTES P/ O RECHEIO

250 g camarão
500 g leite
100 g farinha
1 ½ caldo de marisco
50 g margarina
Sal, pimenta e noz-moscada q.b.
Salsa picada q.b.

1 ovo p/ panar
Pão ralado p/ panar
Óleo q.b. p/ fritar

PREPARAÇÃO DA MASSA

· Pese a farinha e reserve.

· Coloque no copo a água, a margarina, o sal e programe **5 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Junte a farinha de uma só vez e programe **20 Seg/ Vel 4**. No final incorpore um fio de óleo através do bocal da tampa e bata uns segundos na **Vel 4**. Reserve e deixe arrefecer.

PREPARAÇÃO DO RECHEIO

· Faça o fumet com as cascas, as cabeças do camarão, o leite e programe **5 Min/ 90º/ Vel 3**. Com a ajuda do cesto coe e reserve.

· Coloque no copo limpo o fumet, a farinha, o caldo de marisco, a margarina, os temperos e programe **6 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Adicione os camarões e programe **2 Min/ 90º/** ↶**/ Vel** ⫝.

· Junte a salsa, envolva com a ajuda da espátula e deixe arrefecer.

· Numa superfície untada e com ajuda de um rolo, estenda a massa, recheie com o recheio de camarão e feche.

· Envolva os rissóis em ovo batido, e passe-os no pão ralado. Frite em óleo abundante.

17. Torta de camarão

6 PAX

21 Min

DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES P/ A TORTA

8 ovos
1 pitada de sal
200 g farinha
1 c. chá de fermento em pó p/ bolos

INGREDIENTES P/ O RECHEIO

250 g camarão
500 g leite
80 g farinha
40 g manteiga
1 caldo de marisco
Pimenta e noz-moscada q.b

PREPARAÇÃO DA TORTA

· Coloque a "borboleta", as claras, o sal e programe **8 Min/ Vel 3 ½**.

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Bata as gemas numa taça com um garfo e deite em fio sobre as claras montadas, programando a **Vel 2**.

· Retire a "borboleta", coloque a farinha, o fermento e envolva delicadamente com a ajuda da espátula.

· Deite a massa num tabuleiro rectangular untado com manteiga e polvilhado de farinha e leve ao forno cerca de 10 minutos.

PREPARAÇÃO DO RECHEIO

· Faça o fumet com as cascas, as cabeças dos camarões, o leite e programe **5 Min/ 90º/ Vel 4**. Coe com a ajuda do cesto e reserve.

· Com o copo limpo, junte o fumet, a farinha, a manteiga, o caldo de marisco, os temperos e programe **5 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Adicione os camarões e programe **3 Min/ 90º/** ↶**/ Vel** ⫝. Retire e reserve.

· Retire a torta do forno, desenforme sobre um pano ou uma folha de papel vegetal.

· Coloque o recheio e enrole com a ajuda do pano. Cubra a torta com maionese feita na Bimby.

18. Pataniscas de bacalhau

6 PAX

27 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

800 g água
Um fio de azeite
400 g bacalhau demolhado
10 pés de salsa
1 cebola
4 ovos
350 g farinha
Sal q.b.

PREPARAÇÃO

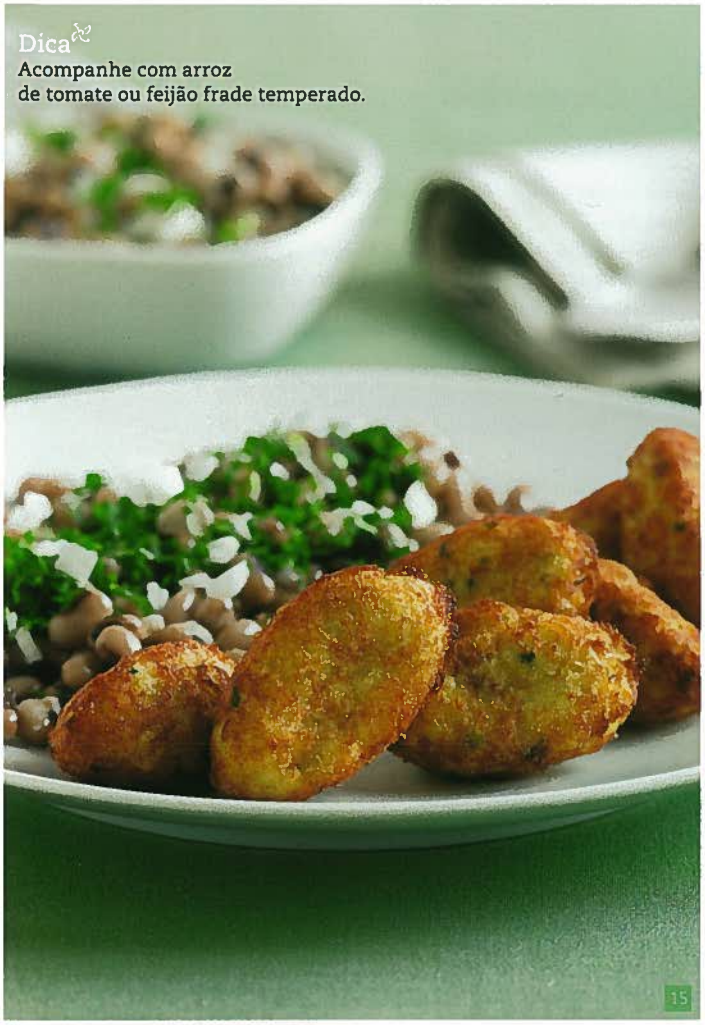
· Coloque no copo a água, o fio de azeite, a Varoma com o bacalhau e programe **25 Min/ Varoma/ Vel 1**. Retire e reserve a água, desfie o bacalhau **2 Seg/** ↶**/ Vel 4**. Se quiser mais desfiado, repita esta operação.

· Pique a salsa e a cebola **5 Seg/ Vel 5**. Retire e reserve.

· Coloque no copo os ovos, a farinha, 300 g da água reservada, o sal (tendo em atenção o sal do bacalhau) e programe **2 Min/ Vel 5**.

· Adicione o bacalhau, a cebola reservada e envolva **15 Seg/ Vel 3**.

· Frite as pataniscas em óleo abundante.


Dica
Acompanhe com arroz
de tomate ou feijão frade temperado.
15


Dica
Pode cobri-la também com
molho de tomate. Poderá rechear
a torta com béchamel de pescada,
carne, bacalhau ou atum.
17


Dica
Frite em óleo abundante.
16


Dica
Escorra-as em papel absorvente.
18

19. Bacalhau espiritual

6 PAX
18 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

Pão ralado feito na Bimby
100 g pão
100 g leite
50 g azeite
200 g cebola
2 dentes de alho
300 g cenoura
400 g bacalhau demolhado e desfiado
Sal e pimenta q.b.

INGREDIENTES P/ O BÉCHAMEL

300 g leite
60 g farinha
30 g manteiga
Sal, pimenta e noz-moscada q.b.
200 g natas

PREPARAÇÃO

· Faça o pão ralado conforme a receita da pág. 11. Reserve.

· Demolhe o pão no leite e reserve.

· Coloque no copo o azeite, a cebola, os alhos, a cenoura e pique **10 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte o bacalhau, o pão bem escorrido, a pimenta e programe **5 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Rectifique o sal e deite num pyrex. Reserve.

· Pré-aqueça o forno a 200º C.

· Sem lavar o copo, coloque todos os ingredientes para o molho béchamel excepto as natas e programe **6 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Junte as natas pelo bocal da tampa e programe **2 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Envolva o molho béchamel com o bacalhau e polvilhe com o pão ralado. Leve ao forno para gratinar.

Dica: Para um prato mais rico coza 300 g camarão e envolva com o bacalhau antes do béchamel.

20. Gratinado de lulas

6 PAX
48 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

200 g cogumelos laminados
Sumo de um limão
50 g azeite
150 g cebola
100 g tomate
1000 g lulas limpas
150 g bacon em cubos
150 g vinho branco
Sal e pimenta q.b.
Queijo parmesão ralado

INGREDIENTES P/ O BÉCHAMEL

250 g leite
50 g farinha
30 g margarina
Sal e pimenta q.b.
2 gemas de ovo
200 g natas
1 pitada caril

PREPARAÇÃO

· Coloque numa taça os cogumelos com o sumo de limão e reserve.

· No copo coloque o azeite, a cebola, o tomate e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue programando **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte as lulas, o bacon, o vinho, o sal, a pimenta e programe **30 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Adicione os cogumelos reservados e programe **5 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**. Reserve num pyrex.

· Pré-aqueça o forno a 200º C.

· Coloque no copo o leite, a farinha, a margarina, o sal, a pimenta e programe **5 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Numa taça envolva as gemas, as natas e o caril.

· Programe **3 Min/ 90º/ Vel 4**, deite em fio pelo bocal da tampa as gemas misturadas.

· Envolva as lulas com o béchamel, polvilhe com o queijo ralado e leve ao forno a gratinar.

21. Arroz tipo paella

6 PAX
33 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

250 g gambas
750 g água
6 dentes de alho
6 pés de salsa
2 ½ caldos de peixe
Sumo de ½ laranja
Sumo de ½ limão
Açafrão q.b.
1 malagueta
100 g azeite
100 g pimento verde
100 g pimento vermelho
250 g tomate
150 g alcachofras aos quartos
150 g feijão verde cortado (pode ser congelado)
100 g lulas cortados em rodelas finas
100 g peito de frango em pedaços pequenos
350 g arroz agulha

PREPARAÇÃO

· Faça o fumet. Coloque as cascas e as cabeças das gambas no copo com 250 g de água e programe **5 Min/ 100º/ Vel 3**. Coe com o cesto e reserve.

· Coloque no copo limpo, 4 dentes de alho, a salsa, os caldos e triture **5 Seg/ Vel 5**.

· Junte o fumet reservado, os sumos dos citrinos, 500 g de água, o açafrão, a malagueta e triture **5 Seg/ Vel 7**. Retire e reserve.

· Coloque o azeite, os pimentos, o tomate, os 2 alhos restantes e pique **5 Seg/ Vel 5**. Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte os restantes ingredientes excepto as gambas e o arroz e programe **5 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Junte o líquido reservado, o arroz e programe **18 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· A meio da cozedura, retire a tampa e com a ajuda da espátula, solte o arroz que está no fundo do copo.

· Quando o tempo terminar retire, junte as gambas reservadas e deixe repousar cerca de 5 minutos. Sirva de seguida.

22. Linguado com estragão

4 PAX
15 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

800 g filetes de linguado
Sal e pimenta q.b.
150 g cogumelos
Sumo de um limão
150 g vinho branco
200 g gambas
50 g azeite
65 g margarina
1 cebola média
200 g natas
1 caldo de peixe
100 g água
2 c. chá estragão

PREPARAÇÃO

· Tempere os filetes com sal, pimenta, enrole-os e coloque-os no cesto. Reserve.

· Lamine os cogumelos e regue-os com o sumo do limão. Reserve.

· Para o fumet, coloque no copo o vinho, as cascas, as cabeças das gambas e programe **5 Min/ 100º/ Vel 3**. Coe e reserve.

· Com o copo limpo coloque o azeite, a margarina, a cebola, os cogumelos reservados e pique **5 Seg/ Vel 5**. A seguir refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte as natas, o caldo de peixe, a água, o estragão, o fumet reservado, metade das gambas e triture **10 Seg/ Vel 8**.

· Introduza o cesto com os filetes no copo e programe **5 Min/ 100º/ Vel 4**.

· Nos **2 Min finais**, junte as gambas restantes. Se for necessário, junte mais água e rectifique os temperos.

· Coloque os rolos de linguado com as gambas numa travessa e regue com o molho.

23. Bacalhau com coentros

6 PAX

27 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

Pão ralado aromatizado
½ molho de coentros
50 g azeite
1 cebola
3 dentes de alho
1000 g batata p/ fritar
200 g água
500 g bacalhau demolhado e desfiado
Sal e pimenta q.b.

INGREDIENTES P/ O BÉCHAMEL

500 g leite
60 g farinha
50 g manteiga
Sal e pimenta q.b.

PREPARAÇÃO

· Faça o pão ralado conforme receita da pág. 11. Reserve.

· Coloque os coentros no copo e pique **4 Seg/ Vel 5**. Reserve.

· Deite no copo o azeite, a cebola, os alhos e pique **5 Seg/ Vel 5**. Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Adicione as batatas cortadas em cubos, a água e programe **12 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝**.

· Quando terminar verifique se a batata que utilizou absorveu água, caso contrário escorra-a. Junte o bacalhau bem escorrido, os coentros, a pimenta e programe **5 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝**. Rectifique o sal. Retire e coloque num pyrex.

· Pré-aqueça o forno a 200º C.

· Coloque no copo todos os ingredientes para o béchamel e programe **7 Min/ 90º/ Vel 4.**

· Deite o bechamel por cima do bacalhau, polvilhe com o pão ralado e leve ao forno para gratinar.

24. Caldeirada de marisco

6 PAX

29 Min

DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

300 g amêijoas
300 g gambas
500 g água
150 g cebola
2 dentes de alho
100 g pimento verde
100 g pimento vermelho
200 g tomate (ou polpa)
50 g azeite
1000 g batatas p/ fritar
2 caldos de peixe
1 folha de louro
Noz-moscada q.b.
Sal e pimenta q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque as amêijoas num recipiente com água e reserve.

· Para o fumet coloque no copo as cascas, as cabeças das gambas, a água e programe **5 Min/ 100º/ Vel 3**. Coe e reserve o fumet.

· Com o copo limpo coloque a cebola, os alhos, os pimentos, o tomate, o azeite e triture **20 Seg/ Vel 7**.

· Refogue **5 Min/ Varoma / Vel 1**.

· Coloque a "borboleta", junte as batatas cortadas em cubos, os caldos de peixe, o louro, a noz-moscada, o sal, a pimenta, o fumet reservado e programe **12 Min/ Varoma/ Vel ⫝**.

· Quando terminar o tempo, coloque a Varoma com as amêijoas e programe **7 Min/ Varoma/ Vel ⫝**.

· Verifique se as batatas estão cozidas, rectifique os temperos e se for necessário programe mais **2 Min/ Varoma/ Vel ⫝**.

· Adicione as gambas e deixe repousar alguns minutos.

· Coloque as amêijoas numa terrina e deite por cima o restante. Enfeite com coentros.

25. Arroz de bacalhau com espinafres e feijão

6 PAX

21 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 cebola
1 dente de alho
100 g tomate de lata
2 tiras de pimento encarnado
50 g azeite
900 g água
1 caldo de peixe
250 g arroz agulha
1 posta de bacalhau demolhado
400 g espinafres frescos
1 lata pequena de feijão encarnado
sal q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, o alho, o tomate, o pimento, o azeite e triture **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte a água, o caldo de peixe, o arroz, a Varoma com o bacalhau, os espinafres e programe **16 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝**.

· A meio da cozedura, retire a tampa e com a ajuda da espátula, solte o arroz que está no fundo do copo. Feche, coloque novamente a Varoma e deixe que termine o tempo.

· Retire o arroz para uma taça. Envolva o bacalhau desfiado, os espinafres e o feijão.

· Deixe repousar 5 minutos e sirva.

26. Coroa de atum

4 PAX

21 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

300 g de maionese feita na Bimby
800 g água
50 g manteiga
Sal q.b
400 g de arroz agulha
3 latas de atum
2 ovos cozidos e azeitonas p/ decorar

PREPARAÇÃO

· Faça a maionese seguindo os passos da receita da pág. 18. Retire e reserve.

· Coloque no copo a água, 30 g de manteiga, o sal, o cesto com o arroz e programe **20 Min/ 100º/ Vel 3**. Retire e envolva com a manteiga restante e deixe arrefecer.

· Numa taça junte 100 g de maionese reservada e acrescente o atum bem escorrido. Adicione o arroz e envolva com a ajuda da espátula.

· Coloque este preparado numa forma de coroa, calque bem e leve ao frigorífico.

· Desenforme para um prato de servir, enfeite com a maionese restante, os ovos cozidos e as azeitonas. Sirva frio.

Notas

27. Mousse de atum

6 PAX
8.30 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES P/ O BÉCHAMEL

- 600 g leite
- 70 g farinha
- 1 c. sopa de vinagre
- 1 c. sopa de mostarda em pó
- Sal e pimenta q.b.

INGREDIENTES P/ A MOUSSE

- 6 folhas grandes de gelatina
- 4 latas de atum, bem escorrido
- 200 g natas
- Pickles q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque a gelatina num pouco de água para hidratar e reserve.

· Coloque no copo os ingredientes para o béchamel e programe **8 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Deite a gelatina escorrida através do bocal da tampa e bata alguns segundos na **Vel 4**.

· Adicione todos os ingredientes para a mousse e programe **30 Seg/ Vel 8**.

· Deite numa forma e leve ao frigorífico.

Dica: Deverá ser feito de véspera para ter a consistência desejada.

28. Sardinhas frescas em papelote

6 PAX
30 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

- 500 g água
- 800 g sardinhas frescas e limpas
- 50 g pimento verde
- 50 g pimento amarelo
- 50 g pimento vermelho
- 1 dente de alho
- 20 g azeite
- 1 c. chá de sal
- 10 g salsa
- Papel alumínio q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a água e programe **10 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Coloque cada sardinha num quadrado de folha de alumínio e feche, coloque-as na Varoma. Corte os pimentos em tiras e coloque-os no tabuleiro da Varoma. Reserve.

· Coloque a Varoma e programe **20 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Reserve 50 g de água no copo, coloque as tiras dos pimentos, o alho, o azeite, o sal, a salsa e triture **20 Seg/ Vel 9**.

· Sirva as sardinhas nos papelotes com o molho dos pimentos.

29. Douradas ao vapor

6 PAX
40 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

- 6 douradas pequenas, limpas
- Sal q.b.
- 1000 g água
- Um fio de azeite

PREPARAÇÃO

· Coloque na Varoma as douradas polvilhadas com sal e reserve.

· Coloque no copo a água, o azeite, a Varoma e programe **40 Min/ Varoma/ Vel 1**.

Dica: Poderá colocar batatas com casca no cesto, após 10 minutos das douradas estarem a cozer, e cozê-las ao mesmo tempo.

30. Gratinado rico da Leonor

8 PAX
19 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

- 400 g camarão
- 1300 g leite
- 70 g azeite
- 2 cebolas
- 1 caldo de marisco
- 80 g farinha
- 1 pacote de sopa de espargos
- 1 pitada de açafrão, sal e pimenta q.b.
- 400 g espinafres cozidos
- 2 frascos de espargos
- 200 g natas

PREPARAÇÃO

· Com as cascas e as cabeças do camarão faça o fumet com 500 g de leite e programe **5 Min/ 90º/ Vel 3**. Com a ajuda do cesto coe e reserve o fumet.

· Com o copo limpo coloque o azeite, as cebolas e pique **5 Seg/ Vel 5**. Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Adicione o fumet reservado, o restante leite, o caldo, a farinha, a sopa de espargos, os temperos e programe **7 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Junte pelo bocal da tampa os espinafres bem escorridos, o camarão reservado (guarde alguns para decorar) e programe **2 Min/ 90º/ ↶/ Vel ↺**.

· Num pyrex, coloque os espargos partidos, o preparado e envolva tudo com a ajuda da espátula, cubra com as natas e enfeite com os camarões reservados.

· Leve ao forno cerca de 30 minutos.

31. Bacalhau com natas com batata cozida

6 PAX
27 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

- 200 g cebola
- 2 dentes de alho
- 50 g azeite
- 200 g água
- 600 g batata, p/ fritar em cubos
- 400 g bacalhau demolhado e desfiado

INGREDIENTES P/ O BÉCHAMEL

- 800 g leite
- 70 g farinha
- 30 g manteiga
- Sal, pimenta e noz-moscada q.b.
- 200 g natas

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, os alhos, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· De seguida refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· Coloque a "borboleta", junte a água, as batatas, a Varoma com o bacalhau e programe **12 Min/ Varoma/ Vel ↺**. Retire e reserve num pyrex.

· Coloque no copo os ingredientes para o béchamel excepto as natas e programe **8 Min/90º/ Vel 4**.

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Adicione as natas e programe **2 Min/ 90º/ Vel 4**. Retire e deite por cima do bacalhau. Envolva muito bem com a ajuda da espátula.

· Polvilhe com pão ralado e leve ao forno para gratinar.

32. Lulas recheadas

6 PAX
60 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

1000 g lulas limpas com tentáculos

INGREDIENTES P/ O RECHEIO

120 g bacon aos pedaços
1 cebola
1 dente de alho
1 tomate maduro
5 g salsa
10 g azeite
15 g vinho branco
2 c. sopa de pão ralado

INGREDIENTES P/ O MOLHO

1 cebola
1 dente de alho
25 g azeite
½ pimento verde
1 lata pequena tomate pelado
50 g vinho branco
200 g água
1 folha de louro
1 c. sopa de páprika
Sal e pimenta q.b.
Piripiri q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo os tentáculos, o bacon, a cebola, o alho, o tomate, a salsa, o azeite e pique **10 Seg/ Vel 5**.
· Adicione o vinho, o pão ralado e refogue **10 Min/ Varoma/ Vel 1**. Retire e enche os sacos das lulas com o preparado e feche com um palito. Coloque-os na Varoma.
· Para o molho e sem lavar o copo coloque a cebola, o alho, o azeite, o pimento e pique **5 Seg/ Vel 5**.
· Adicione os restantes ingredientes, a Varoma e programe **40 – 50 Min/ Varoma/ 🔄/ Vel 1**.
· Sirva com arroz branco cozido na Bimby.

33. Rolo de bacalhau com brôa

8 PAX
18 Min
DIFICULDADE: MÉOIA

INGREDIENTES

500 g brôa
2 dentes de alho
50 g azeite
500 g bacalhau desfiado e demolhado
30 g coentros
80 g azeitonas pretas sem caroço
Sal e pimenta q, b.

INGREDIENTES P/ O BÉCHAMEL

400 g leite
40 g farinha
20 g manteiga
Sal e noz-moscada q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a brôa e rale **12 Seg/ Vel 6**. Reserve.
· Coloque o alho, o azeite e pique **4 Seg/ Vel 5**.
· De seguida, refogue **5 Min/ 100º/ Vel 1**.
· Adicione o bacalhau e programe **5 Min/ 100º/ 🔄/ Vel 🌂**. Reserve.
· Num pyrex, envolva o bacalhau, 400 g de broa ralada, os coentros, as azeitonas cortadas ás rodelas (guarde algumas para decorar) e rectifique os temperos. Reserve.
· Sem lavar o copo coloque o leite, a farinha, a manteiga, os temperos e programe **8 Min/ 90º/ Vel 4**.
· Junte o béchamel ao preparado e envolva com a ajuda da espátula.
· Disponha o rolo numa travessa de ir ao forno e cubra com a broa restante. Regue com um fio de azeite e leve ao forno durante cerca de 20 Minutos.

34. Cous-cous com salmão ao vapor

4 PAX
25 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

Casca de uma laranja, só a parte laranja
4 postas de salmão
Sumo de 1 limão
Sal e pimenta q.b.
4 ramos pequenos de alecrim
800 g água
250 g cous-cous
Sumo de uma laranja
1 molho de agriões

Papel alumínio q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a casca da laranja e rale **10 Seg/ Vel 9.** Retire e reserve.
· Embrulhe as postas de salmão em papel alumínio já temperadas com o limão, o sal, a pimenta, o ramo de alecrim. Coloque-as na Varoma e reserve.
· Coloque no copo a água, a Varoma e programe **25 Min/ Varoma/ Vel 2**. Reserve.
· Numa taça coloque o cous-cous, o sal, a casca ralada e reservada, o sumo da laranja. Deite 500 g de água a ferver e abafe.
· Junte os agriões, envolva com ajuda da espátula.
· Sirva com o salmão ao vapor.

35. Camarão na abóbora

8 PAX
15 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

1 abóbora menina (+/- 3 kg)
1 cebola média
2 dentes de alho
30 g óleo
1 lata pequena de tomate pelado
1 c. sopa de amido de milho
200 g leite de coco
10 g óleo de Dendê
2 caldos de marisco ou sal q.b.
1000 g camarão médio s/ casca
100 g natas
300 g queijo de barrar
20 g coentros picados
50 g queijo parmesão ralado p/ polvilhar
6 camarões grandes cozidos c/ casca p/ decorar

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180ºC.
· Faça um corte na abóbora para retirar a tampa. Retire as sementes e raspe os filamentos. Feche a abóbora com a tampa retirada, pincele a parte externa com óleo, enrole-a em papel alumínio e coloque num tabuleiro. Leve ao forno cerca de 20 minutos.
· Coloque no copo a cebola, os alhos, o óleo, o tomate e pique **5 Seg/ Vel 5**. De seguida refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.
· Deite no copo o amido de milho dissolvido no leite de coco, o óleo de dendê, os caldos e programe **5 Min/ 100º/ Vel 4**.
· Junte o camarão e programe **5 Min/ 90º/ 🔄/ Vel 🌂**.
· Adicione as natas, a metade do queijo de barrar, os coentros e envolva bem com ajuda da espátula.
· Retire a tampa da abóbora, barre a parte interna com o restante queijo. Deite o recheio, polvilhe com o parmesão e leve novamente ao forno cerca de 20 minutos.
· Enfeite com os camarões c/ casca e sirva de imediato acompanhada com arroz branco.



9. Carnes e Aves

92. Passo a passo
1. Cozido à Portuguesa

94. Passo a passo
2. Recheio de peru

96. Carnes e Aves
3. Favas guisadas
4. Trouxas de peru recheadas
5. Jardineira de carne
6. Rancho

98. Carnes e Aves
7. Lasanha
8. Bifes de cebolada
9. Caril de frango
10. Almôndegas

100. Carnes e Aves
11. Ervilhas com ovos escalfados
12. Arroz de cabidela
13. Pastéis de massa tenra
14. Salsichas enroladas em couve lombarda

102. Carnes e aves
15. Fettucini com bacon, fiambre e natas
16. Lombo de porco com molho agridoce
17. Rolo de carne
18. Ensopado de borrego

104. Carnes e aves
19. Quiche rápida
20. Empadão de carne
21. Carne em massa folhada
22. Feijoada

106. Carnes e aves
23. Pudim de carne
24. Strogonoff
25. Carne guisada com esparguete
26. Croquetes

108. Carnes e aves
27. Arroz de pato
28. Moamba de galinha com funge
29. Rolo de 3 carnes com farinheira
30. Coelho à nossa moda

110. Carnes e aves
31. Carne à Angolana
32. Bifinhos rápidos
33. Chili com carne
34. Esparguete com frango
35. Peito de frango enrolado

111. Carnes e aves
36. Peitos de frango pizzaiola
37. Lombinho de porco com molho madeira
38. Rolos de peito de peru com recheio de queijo

1. Cozido à Portuguesa

INGREDIENTES P/ A VAROMA

½ couve lombarda
3 cenouras
3 batatas
2 nabos
2 peitos de frango
1 farinheira
1 chouriço de carne
1 chouriço de sangue

INGREDIENTES P/ O COPO

2 tiras de entremeada
300 g entrecosto
300 g carne de vaca
½ orelha de porco
½ chispe de porco
Água q.b.
Sal q.b.
350 g arroz agulha

PREPARAÇÃO

· Escalde a couve com água a ferver e reserve.

· Coloque na Varoma a couve, os restantes ingredientes salpicados com sal. Reserve.

· Ponha no copo os respectivos ingredientes, excepto o arroz. Cubra-os com água até ao limite dos 2 litros, coloque a Varoma e programe **50 Min/ Varoma/ / Vel** . Retire a Varoma e reserve.

· Retire os ingredientes do copo e reserve o caldo para o arroz.

· Pese o caldo reservado, coloque-o no copo e complete com água até às 800 g. Deite duas rodelas de chouriço de sangue, rectifique o sal, coloque o cesto com o arroz e programe **20 Min/ 100º/ Vel 3**.

· Acompanhe o cozido com o arroz.

4 PAX

70 Min

DIFICULDADE: MÉDIA



• Prepare as carnes que escolheu incluir no seu cozido.



• Prepare também os legumes que vai usar.



• Disponha os ingredientes no copo e na Varoma como lhe mostramos nesta foto.



• Para fazer o arroz, utilize o caldo do cozido reservado.



2. Recheio de peru

INGREDIENTES P/ O RECHEIO DE CARNE

1 cebola
2 dentes de alho
300 g bacon
30 g azeite
550 g carne de novilho picada
1 folha de louro
1 c. chá de sal
Pimenta q.b.
100 g vinho branco
20 g salsa picada
100 g azeitonas verdes s/caroço
1 ovo

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, os alhos, o bacon, o azeite e programe **5 Seg/ Vel 5**. Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte a carne, a folha de louro, o sal, a pimenta, o vinho e programe **10 Min/ Varoma/ / Vel** .

· Deixe arrefecer um pouco antes de acrescentar os restantes ingredientes e envolva uns segundos na **Vel 3**.

15 Min
DIFICULDADE: FÁCIL



• De véspera é importante que o peru fique a repousar em água fria, sal, rodelas de laranja e limão.



• Antes de rechear lembre-se de colocar algumas rodelas de laranja e limão dentro do peru.



• Pela forma como liga todos os elementos e pela temperatura correcta a que os cozinha, a Bimby vai proporcionar-lhe um recheio perfeito.



• Recheie abundantemente de modo a obter um resultado perfeito.



3. Favas guisadas

6 PAX
45 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

250 g entrecosto, cortado em pedaços pequenos
Sal q.b.
50 g azeite
200 g cebola
2 dentes de alho
800 g favas congeladas
50 g vinho branco
400 g água
1 folha de louro
1 malagueta
1 c. chá de colorau
15 g coentros cortados
1 farinheira
½ chouriço de carne
½ cacholeira

PREPARAÇÃO

· Tempere o entrecosto com sal. Reserve.

· Coloque no copo o azeite, a cebola, os alhos e pique **5 Seg/ Vel 5**. Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· Junte o entrecosto e programe **5 Min/ Varoma / / Vel** .

· Adicione as favas, o vinho, a água, a folha de louro, a malagueta, o colorau, parte dos coentros, a Varoma com os enchidos e programe **35 Min/ Varoma/ / Vel** .

· Se necessário, acrescente um pouco mais de água. Rectifique os temperos tendo em conta que o entrecosto já está temperado.

· Polvilhe com os coentros restantes.

4. Trouxas de peru recheadas

8 PAX
39 Min
DIFICULDADE: MÉDIO

INGREDIENTES

8 folhas couve lombarda
500 g água
1 farinheira
8 bifes finos de peru
Sal e pimenta q.b.
8 fatias de fiambre
8 fatias de queijo, tipo flamengo
1 cebola média
1 dente de alho
50 g azeite
3 cenouras
100 g água
100 g vinho branco
40 g molho de soja

PREPARAÇÃO

· Lave, apare o talo, as folhas da couve e escalde-as bem em água a ferver ou utilize a Varoma. Reserve.

· Retire o recheio à farinheira e reserve.

· Tempere os bifes de peru com sal, pimenta e coloque sobre eles uma fatia de fiambre, outra de queijo e o recheio da farinheira reservado. Enrole os bifes apertando-os bem.

· Escorra as folhas da couve, embrulhe cada rolo de peru numa folha de couve, coloque-os na Varoma e reserve.

· Coloque no copo a cebola, o alho e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Junte o azeite e refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**. Adicione as cenouras e pique **10 Seg/ Vel 4**.

· Adicione a água, o vinho, o molho de soja, rectifique o sal, coloque a Varoma e programe **34 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Retire os rolos e regue-os com o molho.

Nota: Se preferir, opcionalmente, pode triturar o molho. Programe **10 Seg** e vá **progressivamente** até à **Vel 7**.

5. Jardineira de carne

4 PAX
40 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES P/ O REFOGADO

1 cebola
2 dentes de alho
1 cenoura
20 g salsa
50 g azeite

INGREDIENTES P/ A JARDINEIRA

100 g bacon em cubos
400 g carne p/ estufar
100 g vinho branco
2 caldos de legumes
400 g batata p/ fritar, em cubos
200 g cenouras
100 g ervilhas congeladas
200 g água
Sal q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos ingredientes para o refogado e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Junte o bacon e programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1**. Triture **15 Seg/ Vel 7**.

· Adicione a carne cortada em cubos, o vinho, os caldos e programe **20 Min/ 100º/ / Vel** .

· Junte as batatas, as cenouras cortadas em cubos pequenos, as ervilhas, a água, o sal a gosto e programe **15 Min/ 100º/ / Vel** .

· Verifique se os legumes estão cozidos, se for necessário programe mais alguns minutos à mesma temperatura e velocidade.

6. Rancho

6 PAX
40 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

450 g entrecosto
Sal grosso q.b.
1 cebola
2 dentes de alho
30 g azeite
100 g chouriço de carne
120 g polpa de tomate
250 g couve lombarda
100 g chouriço de sangue
1 lata grande de grão de bico
500 g água
1 caldo de carne
60 g massa macarronete

PREPARAÇÃO

· 2 horas antes de fazer a receita, salpique o entrecosto cortado aos bocados com sal grosso. Reserve.

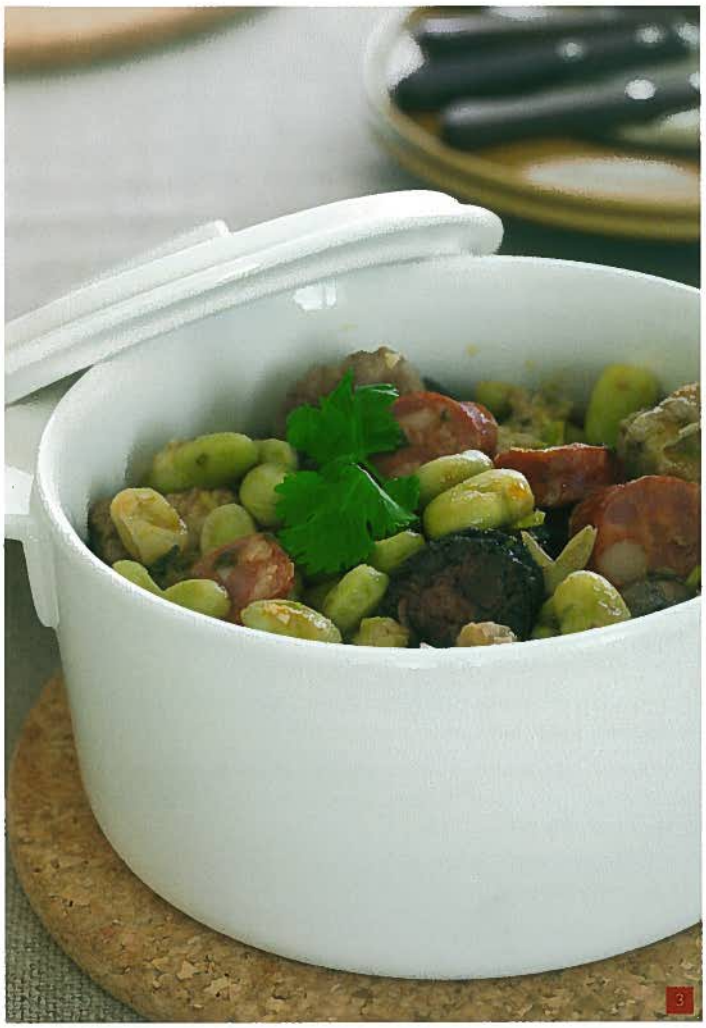
· No copo coloque a cebola, os alhos e pique **5 Seg/ Vel 5**. Junte o azeite, o chouriço de carne às rodelas e programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

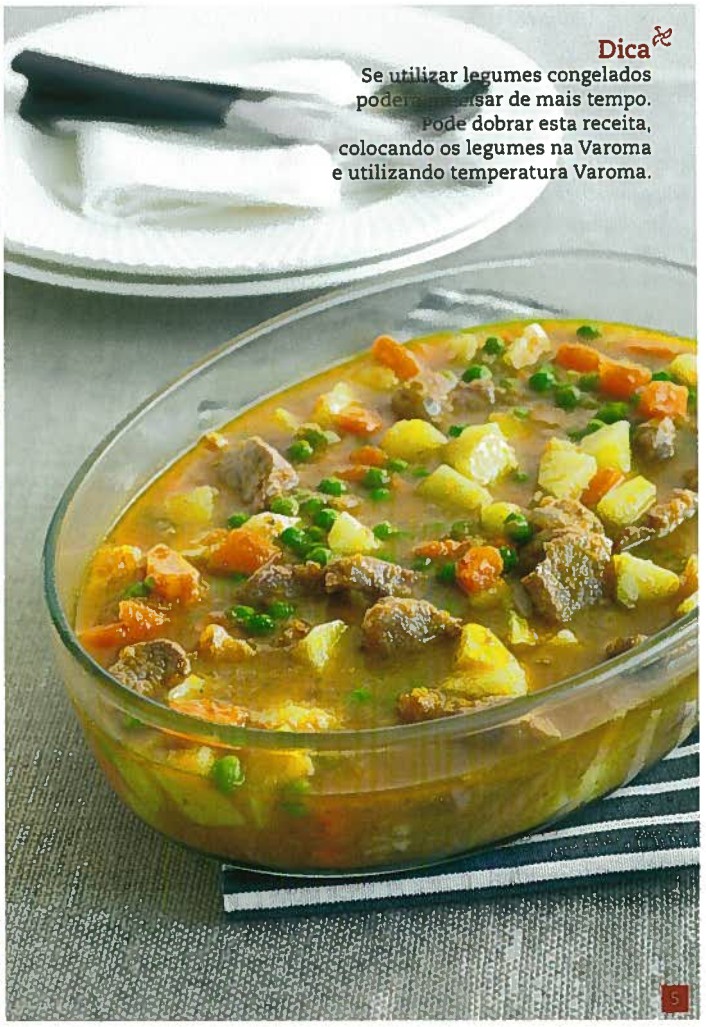
· Adicione a polpa de tomate, o entrecosto previamente passado por água para soltar algum sal e programe **3 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Entretanto prepare a Varoma com a couve cortada aos bocados, o chouriço de sangue e no tabuleiro coloque o grão de bico escorrido. Reserve.

· Junte a água, o caldo, a Varoma sem o tabuleiro e programe **20 Min/ Varoma/ / Vel** .

· Adicione a massa no copo e na Varoma coloque o tabuleiro com o grão de bico, programe **12 Min/ Varoma/ / Vel** .





Dica

Se utilizar legumes congelados poderá cozinhar de mais tempo. Pode dobrar esta receita, colocando os legumes na Varoma e utilizando temperatura Varoma.

Dica

Acompanhe com arroz branco ou puré de batata.





7. Lasanha

8 PAX

25 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

Pão ralado feito na Bimby
120 g queijo p/ ralar
100 g cebola
1 dente de alho
130 g cenoura
120 g cogumelos
500 g tomate ou polpa
50 g azeite
500 g carne picada
1 folha de louro
2 caldos de carne ou sal q.b.
50 g vinho branco ou água
Pimenta e orégãos q.b.
1 caixa placas de lasanha

INGREDIENTES P/ O BÉCHAMEL

750 g leite
75 g farinha
40 g manteiga
Sal, pimenta e noz-moscada q.b.

PREPARAÇÃO

· Faça o pão ralado conforme receita da pág. 11. Reserve.

· Coloque no copo o queijo em pedaços e dê **5 golpes de Turbo**, em seguida rale alguns segundos na **Vel 9**. Reserve.

· Coloque no copo a cebola, o alho, a cenoura, os cogumelos e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Junte o tomate e programe **15 Seg/ Vel 7**. Faça descer os resíduos que tenham ficado na parede do copo com a ajuda da espátula.

· Junte o azeite e refogue **7 Min/ 100º/ Vel 2**.

· Adicione a carne picada, o louro, os caldos, o vinho, os temperos, envolva bem com a ajuda da espátula e programe **10 Min/ 100º/ Varoma/ Vel**.

· Coloque num pyrex uma camada pequena de bolonhesa, a seguir uma camada de placas de lasanha, repita este processo mais uma vez. A última camada de placas só é colocada quando o bechamel estiver pronto.

· Sem lavar o copo coloque todos os ingredientes para o béchamel e programe **8 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Pré-aqueça o forno a 180ºC.

· Coloque a última camada de placas e cubra com o molho, polvilhe com o queijo e o pão ralado reservado, leve ao forno cerca de 20 minutos. Depois gratine até obter uma cor dourada.

8. Bifes de cebolada

6 PAX

30 Min

DIFICULDADE: MÉDIO

INGREDIENTES

5 cebolas médias
200 g tomate em pedaços
2 dentes de alho
50 g azeite
1000 g bifes de frango (ou de vaca)
1 caldo de galinha
100 g vinho branco
1 folha de louro
Sal e pimenta q.b.
150 g água

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo uma cebola, o tomate, os alhos, o azeite e programe **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte as cebolas restantes cortadas às rodelas finas e programe mais **5 Min/ 100º/ Varoma/Vel 1**.

· Adicione os bifes em pedaços pequenos ao refogado, junte o caldo, o vinho, o louro, os temperos, a água e programe **20 Min/ 100º/ Varoma/ Vel**.

9. Caril de frango

6 PAX

21 Min

DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

2 ½ c. sopa de pó de caril
1 c. sopa de vinagre
100 g polpa de tomate
1 pitada de açafrão
1 pitada de gengibre em pó
50 g azeite
300 g cebola
3 dentes de alho
800 g frango, cortado em pedaços pequenos
Sal q.b.
3 paus de canela
250 g leite de coco
100 g amêndoas torradas e picadas

PREPARAÇÃO

· Numa taça desfaça o pó de caril em vinagre, até ficar com a consistência semelhante a uma papa. Reserve.

· Coloque no copo a polpa de tomate, o açafrão, o gengibre, a papa de caril e programe **1 Min/ Vel 4**. Retire e reserve.

· Coloque no copo o azeite, a cebola, os alhos e triture **10 Seg/ Vel 7**, para que fique tudo bem homogéneo. Junte o frango, o sal e programe **7 Min/ 100º/ Varoma/ Vel**.

· Adicione os paus de canela, o caril reservado, o leite de côco e programe **13 Min/ 90º/ Varoma/ Vel**.

· Polvilhe com amêndoa picada.

10. Almôndegas

aprox. 20 Un

26 Min

DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES P/ AS ALMÔNDEGAS

300 g pão ralado feito na Bimby
100 g leite
50 g sobras de pão
50 g chouriço
500 g carne picada
20 g salsa cortada
1 ovo
Sal, pimenta e noz-moscada q.b.

INGREDIENTES P/ O MOLHO

100 g cebola
1 dente de alho
100 g tomate pelado
50 g azeite
250 g água
100 g vinho branco
Sal e pimenta q.b.

PREPARAÇÃO

· Faça o pão ralado conforme receita da pág. 11. Reserve.

· Numa taça coloque o leite, as sobras de pão e reserve.

· Coloque no copo o chouriço e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Junte a carne, a salsa, o pão demolhado e programe **10 Seg/ Vel 7**.

· Adicione o ovo, os temperos e programe **15 Seg/ Vel 3**.

· Retire, forme bolas pequenas e passe-as pelo pão ralado reservado. Coloque-as no cesto e reserve.

· Coloque no copo a cebola, o alho, o tomate, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte a água, o vinho, os temperos e bata **20 Seg/ Vel 7**.

· Coloque o cesto no copo e programe **20 Min/ Varoma/ Vel 2**.

Dica
O recheio da lasanha poderá ser uma óptima receita para um esparguete à bolonhesa.



7

Dica
Sirva com arroz branco.

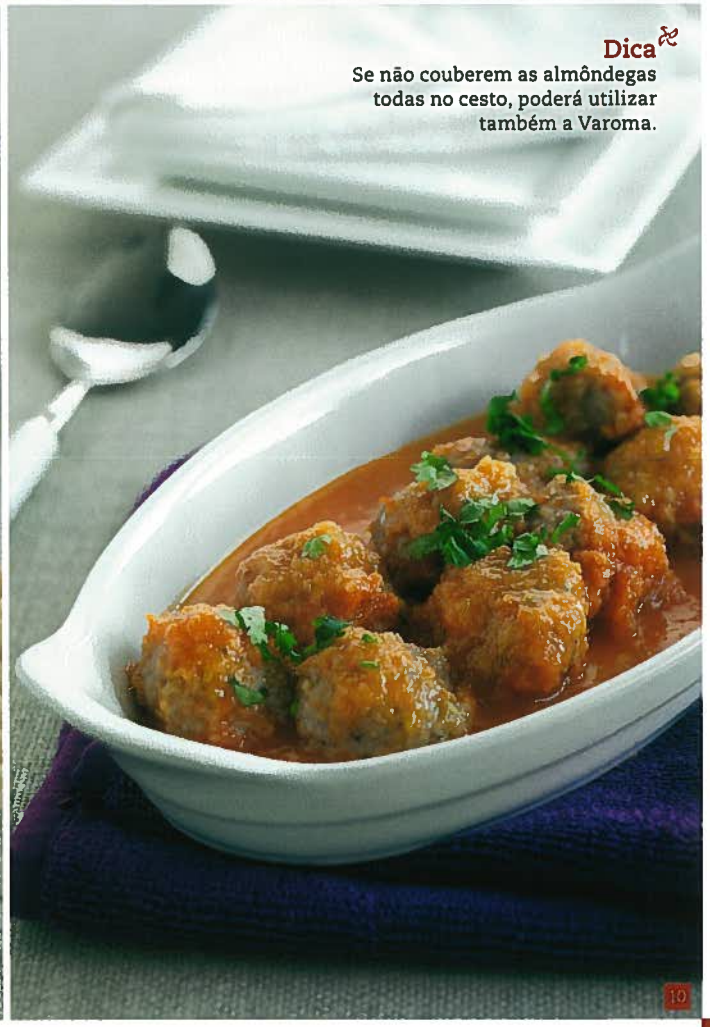


9



8

Dica
Se não couberem as almôndegas todas no cesto, poderá utilizar também a Varoma.



10

11. Ervilhas com ovos escalfados

6 PAX
23 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

6 ovos
120 g cebola
1 dente alho
150 g tomate
50 g azeite
200 g chouriço, cortado às rodelas
1000 g ervilhas congeladas
1 caldo de legumes (opcional)
150 g vinho branco
100 g água
Sal e coentros q.b.

PREPARAÇÃO

· Forre o copo de medida com película aderente (própria para altas temperaturas) deite uma pinga de azeite, abra um ovo para dentro do copo e feche, formando um saco, coloque na Varoma. Repita o processo para quantos ovos quiser escalfar. Reserve.

· Coloque no copo a cebola, o alho, o tomate, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**. Triture **15 Seg/ Vel 7**, para que o molho fique homogéneo.

· Adicione o chouriço e programe **3 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Adicione as ervilhas, o caldo, o vinho, a água, a Varoma com os ovos e programe **15 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝**.

· Rectifique os temperos e verifique se os ovos estão escalfados, se necessário programe mais uns minutos à mesma temperatura e velocidade. Deite as ervilhas numa travessa funda, polvilhe com os coentros picados, retire a película aderente dos ovos e coloque-os por cima.

12. Arroz de cabidela

6 PAX
48 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 cebola
2 dentes de alho
50 g azeite
1000 g frango cortado em pedaços
1 chouriço às rodelas
30 g folhas de salsa
1 folha de louro
Sal e pimenta q. b.
900 g água
300 g arroz agulha
100 g sangue de frango
30 g vinagre

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, os alhos, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· De seguida refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Adicione o frango, o chouriço, metade da salsa, a folha de louro, o sal, a pimenta e programe **25 Min/ 100°/ ↶/ Vel ⫝**. Retire o frango e o chouriço e reserve.

· Adicione a água, o arroz, rectifique os temperos e programe **13 Min/ 100°/ ↶/ Vel ⫝**.

· Junte o sangue previamente coado e misturado com o vinagre e programe **5 Min/ 100°/ ↶/ Vel ⫝**.

· Envolva o arroz com o frango e o chouriço, retire para o prato de servir e enfeite com a salsa restante.

13. Pastéis de massa tenra

20 Pastéis
15 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

400 g massa tenra feita na Bimby
30 g margarina
20 g azeite
100 g cebola
1 cenoura
300 g carne de vaca p/ estufar
20 g molho de soja
80 g vinho branco
100 g água
½ caldo de carne
Sal q.b
200 g leite
60 g farinha
Óleo p/ fritar q.b.

PREPARAÇÃO

· Comece por fazer a massa de acordo com a receita da pág 64. Retire e deixe descansar cerca de 20 minutos.

· Coloque no copo, a margarina, o azeite, a cebola, a cenoura e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Adicione a carne cortada aos cubos, o molho de soja, o vinho, a água, o caldo, o sal e programe **12 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Quando terminar, deixe arrefecer uns minutos e triture **30 Seg/ Vel 8**.

· Verifique se ficou bem triturada, se não triture mais uns segundos. Junte o leite, a farinha e programe **30 Seg/ Vel 8**, envolvendo tudo com a ajuda da espátula.

· Retire para um recipiente, deixe arrefecer e guarde no frio pelo menos 2 horas.

· Numa superfície polvilhada com farinha, estenda a massa com a ajuda de um rolo, recheie e molde os pasteis.

· Frite os pasteis em óleo quente e abundante.

14. Salsichas enroladas em couve lombarda

6 PAX
38 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 couve lombarda ou coração
12 salsichas frescas
50 g azeite
150 g cebola
1 dente de alho
100 g cenoura
200 g tomate
100 g bacon em cubos
150 g vinho branco
300 g água
1 folha de louro
1 caldo de legumes
Piri-piri (opcional)

PREPARAÇÃO

· Escalde bem as folhas da couve em água a ferver. Enrole as salsichas na couve segurando com um palito. Coloque na Varoma e reserve.

· Deite o azeite no copo e aqueça **3 Min/ Varoma/ Vel 1**.

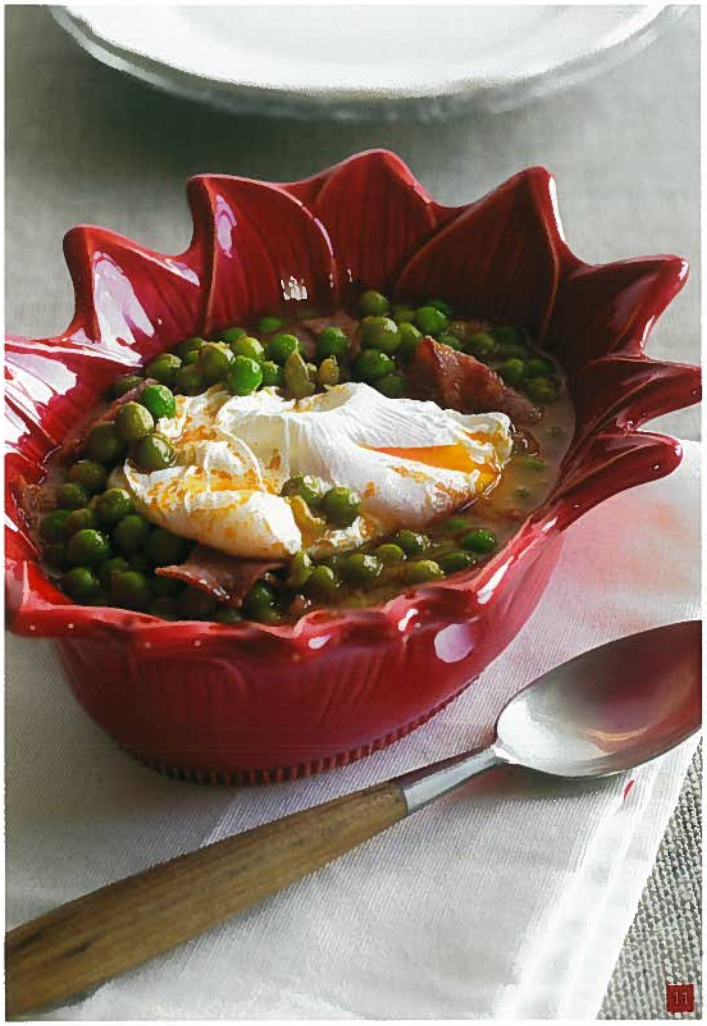
· De seguida junte a cebola, o alho, a cenoura e pique **5 Seg/ Vel 5**. A seguir programe **5 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· Adicione o tomate e triture **20 Seg/ Vel 7**.

· Junte o bacon e programe **5 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· Incorpore o vinho, a água, a folha de louro, o caldo, o piri-piri, a Varoma com as salsichas e programe **25 Min/ Varoma/ Vel 2**. Verifique se a couve ainda está dura, se for necessário programe mais uns minutos à mesma temperatura e velocidade.

· Retire as salsichas para uma travessa funda, rectifique os temperos, deite o molho por cima e sirva com arroz branco.



Dica

Pode cozer os pastéis no forno. Pincele-os com uma gema de ovo e leve ao forno pré-aquecido a 180°C cerca de 18 minutos.



Dica

Lembre-se que a operação de coar o sangue, através de um passador de rede, é fundamental para este não talhar.





15. Fettuccini com bacon, fiambre e natas

4 PAX
13 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

500 g tagliatelle cozido na Bimby
1 cebola média
50 g manteiga
1 c. chá de pimenta em grão
150 g fiambre cortado em cubos
150 g bacon cortado em cubos
400 g natas
50 g queijo parmesão ralado
Queijo parmesão ralado q.b. p/ polvilhar (opcional)

PREPARAÇÃO

· Coza a massa conforme a receita da pág 72. Retire e reserve. Mantenha quente.

· Coloque no copo a cebola, a manteiga, a pimenta e pique **5 Seg/ Vel 5**, faça descer todos os resíduos das paredes do copo com a ajuda da espátula.

· Junte o fiambre, o bacon e programe **5 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· A seguir, incorpore as natas, o queijo e mexa durante uns segundos na **Vel 4**, até que a mistura fique homogénea e programe **8 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Rectifique os temperos, deite o molho por cima da tagliatelle, polvilhe com mais queijo Parmesão ou então, frite cubos de bacon e ponha por cima.

16. Lombo de porco com molho agridoce

6 PAX
65 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

2 dentes de alho
200 g vinho branco
Sal e pimenta q.b.
1000 g lombo de porco
1 folha de louro
500 g cebola
50 g azeite
3 c. chá de mostarda
50 g mel
40 g vinho do Porto

PREPARAÇÃO

· De véspera, coloque no copo os alhos, o vinho branco, o sal, a pimenta e pique **4 Seg/ Vel 5**.

· Retire para um recipiente, coloque o lombo, o louro e deixe marinar no frigorífico de um dia para o outro.

· Passado este tempo, coloque no copo a cebola e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Adicione o azeite, a marinada, a Varoma com o lombo e programe **60 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Retire o lombo e coloque numa travessa.

· Adicione ao molho a mostarda, o mel, o vinho do Porto e programe **5 Min/ 50º/ Vel 2**.

· Bata o molho, programe **20 Seg** e vá **progressivamente** até à **Vel 7** e deite-o sobre o lombo.

17. Rolo de carne

8 PAX
1 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

300 g pão ralado feito na Bimby
1 cebola
2 dentes de alho
4 pés de salsa
1 caldo de carne
1000 g carne picada
2 ovos
50 g vinho do Porto ou vinho branco
Sal e noz-moscada q.b.
6 fatias de bacon
Vinagre q.b.

PREPARAÇÃO

· Comece por fazer o pão ralado conforme receita da pág. 11. Reserve.
· Pré-aqueça o forno a 180º C.
· Coloque no copo a cebola, os alhos, a salsa, o caldo e pique **15 Seg/ Vel 7**.

· Adicione a carne, os ovos, 2 c. sopa de pão ralado, o vinho do Porto, o sal, a noz-moscada e envolva durante alguns segundos na **Vel 4**.

· Faça um rolo grande ou 2 pequenos, esfregue com vinagre para não abrir e envolva no pão ralado reservado.

· Coloque 3 fatias de bacon num tabuleiro de ir ao forno, ponha o rolo por cima e enfeite com outras 3 fatias de bacon, regue com azeite e um pouco de vinho branco, leve ao forno cerca de 35 minutos para assar.

Nota: Para enrolar sugerimos que coloque a carne num saco e molde o rolo sem sujar as mãos e a bancada. Pode congelar desta forma e assar congelado.

18. Ensopado de borrego

6 PAX
45 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

800 g costela de borrego em pedaços pequenos
150 g vinho branco
1 c. sopa de pimentão-doce
Sal e pimenta q.b.
2 cebolas
2 dentes de alho
Ramos de salsa q.b.
40 g azeite
150 g polpa de tomate
1 folha de louro
1 caldo de carne
100 g água
Piripiri q.b.
6 fatias de pão tipo caseiro
Salsa picada q.b.

PREPARAÇÃO

· Tempere o borrego com o vinho branco, o pimentão-doce, o sal, a pimenta e deixe a marinar, cerca de 1 a 2 horas.

· Coloque no copo as cebolas, os alhos, alguns pés de salsa e pique **6 Seg/ Vel 5**.

· Adicione o azeite e refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**. Junte o tomate e triture **15 Seg/ Vel 7**.

· Adicione o borrego com a marinada, a folha de louro, o caldo, a água e programe **40 Min/ 100º/ / Vel **.

· Verifique se a carne está cozida. Se assim não for, programe mais uns minutos na mesma temperatura e velocidade.

· Tempere com piripiri, rectifique o sal e verifique se necessita um pouco mais de água.

· Corte as fatias de pão ao meio, torre-as e coloque em pratos individuais.

· Na hora de servir, disponha o borrego sobre as tostas e polvilhe com salsa picada.

Dica
Este molho pode ser utilizado com ravioli ou tortellini.



15

Dica
Com esta receita, pode optar por fazer hambúrgueres ou rechear o rolo com queijo e fiambre.



17



16



18

19. Quiche rápida

6 PAX
30 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES P/ A MASSA

200 g farinha
90 g margarina
45 g água
½ c. chá de sal
½ c. chá de açúcar

INGREDIENTES P/ O RECHEIO

150 g fiambre
150 g queijo
4 ovos
200 g natas

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes para a massa e programe **15 Seg/ Vel 6**.

· Pique o fiambre e o queijo separadamente na **Vel 5**. Reserve.

· Deite no copo os ovos, as natas e bata **15 Seg/ Vel 5**.

· Pré-aqueça o forno a 180ºC.

· Estenda a massa com a ajuda de um rolo, coloque-a sobre uma tarteira ou formas individuais.

· Disponha os ingredientes em cima da massa e deite o preparado. Leve ao forno cerca de 25 minutos ou até ficar dourado.

20. Empadão de carne

8 PAX
45 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES P/ O RECHEIO

1 cebola
2 dentes de alho
100 g tomate ou polpa
30 g azeite
400 g carne picada
1 folha de louro
1 caldo de carne
50 g vinho branco
20 g salsa picada

INGREDIENTES P/ O PURÉ

1000 g de batata p/ fritar
350 g leite
Sal e pimenta q.b.
50 g margarina
1 gema de ovo p/ pincelar

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, os alhos, o tomate, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Faça o refogado, programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte a carne, o louro, o caldo de carne, o vinho, envolva com a espátula e programe **10 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**. Retire o louro e com a ajuda da espátula misture a salsa. Retire e reserve.

· Deite no copo a batata cortada em cubos, o leite, o sal e programe **30 Min/ 90º/ Vel 1**.

· Adicione a margarina e programe **30 Seg/ Vel 4**.

· Pré-aqueça o forno a 180ºC.

· Num pyrex untado com margarina, coloque metade do puré, a carne reservada, cubra com o puré restante, pincele com a gema de ovo e leve ao forno cerca de 20 minutos.

21. Carne em massa folhada

6 PAX
10 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

500 g massa folhada feita na Bimby
500 g carne picada
Sal q.b.
100 g vinho branco
2 c. chá de sopa de rabo de boi
150 g fiambre
150 g queijo
1 ovo p/ pincelar

PREPARAÇÃO

· Faça a massa folhada conforme a receita da pág. 62. Estenda fina com a ajuda de um rolo, sobre uma bancada polvilhada com farinha e reserve.

· Coloque no copo a carne, o sal, o vinho, a sopa e programe **10 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Quando terminar o tempo verifique os temperos. Deixe arrefecer ligeiramente a carne e deite-a sobre a massa folhada.

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Cubra-a com uma camada de fiambre e outra de queijo. Enrole e dobre as pontas ou torça-as em forma de rebuçado. Coloque num tabuleiro forrado com papel vegetal.

· Pincele com ovo batido e leve ao forno cerca de 25 minutos ou até verificar que a massa está bem dourada.

22. Feijoada

6 PAX
41 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

800 g couve coração ou lombarda
150 g cebola
2 dentes de alho
150 g cenoura
150 g tomate (polpa ou pedaços)
70 g azeite
100 g bacon em tiras pequenas
150 g vinho branco
100 g entremeada
250 g entrecosto
1 folha de louro
2 caldos de legumes ou sal
250 g água
1 malagueta
1 farinheira
½ chouriço de carne
½ chouriço de sangue
2 latas grandes de feijão manteiga

PREPARAÇÃO

· Escalde a couve em água a ferver e reserve.

· Coloque no copo a cebola, os alhos, a cenoura, o tomate, o azeite e programe **5 Seg/ Vel 5**, e de seguida **20 Seg/ Vel 7**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· Adicione o bacon, o vinho e programe **3 Min/ 100º/ Vel 2**.

· Junte a entremeada, o entrecosto cortado em pedaços pequenos, a folha de louro, os caldos, 150 g de água, a malagueta, a Varoma com a couve, os enchidos e programe **25 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Coloque a couve na travessa onde vai servir a feijoada. Corte a farinheira em rodelas, disponha por cima da couve e reserve.

· No copo coloque os chouriços cortados em rodelas, o feijão escorrido, o restante de água e programe **8 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Coloque o cesto em cima da tampa para evitar salpicos.

· Deite a feijoada por cima da couve e da farinheira. Retire a folha de louro e a malagueta. Sirva bem quente.

Dica

Em vez de fiambre, utilize espargos, espinafres, cogumelos, brócolos ou outro ingrediente da sua preferência.



19



21



20



22

23. Pudim de carne

8 PAX
9 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 caldo de carne
1 pão
100 g leite
Margarina p/ untar
200 g fiambre
20 g salsa
1 cebola
50 g azeite
500 g carne picada
3 ovos
Sal, pimenta e noz-moscada q.b.
20 g farinha
50 g arroz branco cozido
1 gema p/ pincelar
1 c. chá de mostarda

PREPARAÇÃO

· Num recipiente coloque o pão, o leite quente e reserve.

· Unte uma forma de furo central com margarina, forre-a com o fiambre e reserve.

· Pré-aqueça o forno a 180ºC.

· Coloque a salsa, o caldo e pique **5 Seg/ Vel 5**. Reserve.

· Coloque no copo a cebola, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5.** Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Adicione a carne, os ovos, a salsa e o caldo reservado, o pão escorrido, os temperos, programe **2 Min/ Vel 3**.

· Quando terminar, adicione a farinha, o arroz cozido (ex. de uma sobra) e misture **2 Min/ Vel 3**.

· Deite na forma reservada e leve ao forno cerca de 35 minutos.

· Desenforme para um prato de servir, pincele com a gema misturada com a mostarda e leve de novo ao forno (já desligado) para secar.

24. Strogonoff

4 PAX
24 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

50 g azeite
500 g peito de frango em tiras
Farinha q.b.
1 cebola
1 dente de alho
200 g cogumelos
100 g vinho branco ou 50 g vinho do Porto
Sal e pimenta q.b.
100 g leite
200 g natas ou iogurte natural
2 c. chá de mostarda

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o azeite e programe **3 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· Passe as tiras de frango na farinha e reserve.

· Deite a cebola, o alho e pique **5 Seg/ Vel 5**. A seguir refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte os cogumelos e programe **3 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Acrescente o vinho, o sal, a pimenta, o frango e programe **8 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Adicione o leite, as natas, a mostarda, rectifique os temperos e programe **5 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝̸**.

25. Carne guisada com esparguete

6 PAX
30 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 cebola
2 dentes de alho
50 g azeite
100 g tomate pelado
500 g carne p/ estufar
3 cenouras
50 g vinho branco
1 c. sopa de molho de soja (opcional)
1 caldo de legumes
1 c. chá de sal
800 g água
350 g esparguete

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, os alhos, o azeite, o tomate e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Com a ajuda da espátula, faça descer os resíduos que ficaram nas paredes do copo e programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte a carne em pedaços, as cenouras aos cubos, o vinho, o molho de soja, o caldo, o sal e programe **5 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Adicione a água e programe **10 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Rectifique os temperos, junte o esparguete e programe **10 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Sirva de imediato.

26. Croquetes

apox. 24 Un
28 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 cebola
2 cenouras
150 g tomate
3 dentes de alho
50 g azeite
500 g carne de vaca p/ estufar
500 g carne de porco p/ estufar
100 g chouriço de carne
2 ovos p/ panar
Pão ralado p/ panar q.b.

INGREDIENTES P/ O BÉCHAMEL

Leite q.b.
200 g farinha
50 g margarina
Sal e noz-moscada q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, as cenouras, o tomate, os alhos, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Quando terminar, adicione as carnes cortadas em cubos e programe **15 Min/ 100º / Vel 1**.

· Mexa de vez em quando com a espátula para ir soltando a carne.

· Quando terminar, deixe arrefecer um pouco, retire e escorra o molho com a ajuda do cesto. Reserve. Junte o chouriço à carne e triture **20 Seg/ Vel 8**. Reserve.

· Sem lavar o copo pese metade do molho reservado e adicione o leite até perfazer 600 g de líquido no copo.

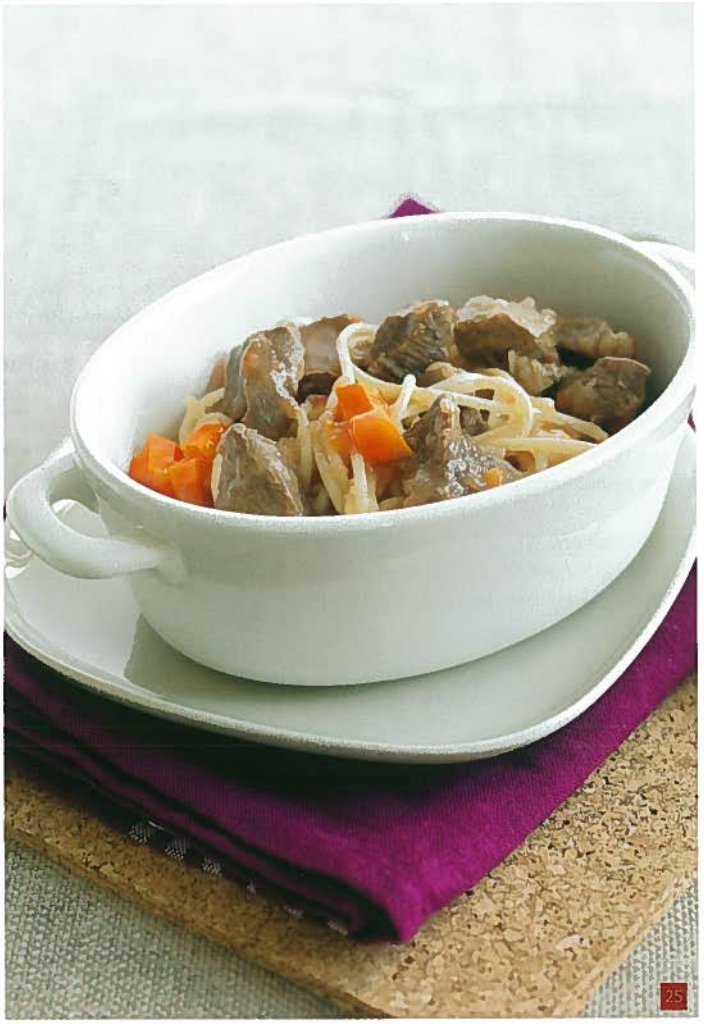
· Junte a farinha, a margarina, o sal, a noz-moscada e programe **8 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Por fim junte o molho béchamel à carne reservada e envolva tudo com a ajuda da espátula.

· Depois de arrefecer, deve guardar no frigorífico durante pelo menos um dia para que a massa fique consistente e seja fácil moldar os croquetes.

· Depois de enrolados, passe-os por ovo batido e a seguir no pão ralado. Congele os croquetes e frite-os congelados em óleo quente e abundante.





Dica

Opcionalmente, pode substituir o frango por carne de vaca para estufar ou camarão.





27. Arroz de pato

6 PAX
55 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 cebola
2 dentes de alho
50 g azeite
200 g vinho branco
2 caldos de galinha
1 pato pequeno (até 1300 g)
½ chouriço de carne
100 g bacon
Água q.b.
400 g arroz agulha
20 g salsa cortada

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, os alhos e pique **5 Seg/ Vel 5**, junte o azeite e programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Adicione o vinho, os caldos, o pato partido em pedaços pequenos, o chouriço, o bacon e programe **30 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝̸**. Retire, reserve o molho, desfie a carne e corte o chouriço em rodelas. Reserve.

· Pese o molho reservado, acrescente a diferença em água até 800 g e coza o arroz no cesto durante **20 Min/ 100º/ Vel 3**.

· Coloque o arroz num tabuleiro de barro ou pyrex, misture a carne, a salsa cortada e enfeite com chouriço. Leve ao forno para corar.

28. Moamba de galinha com funge

4 PAX
42 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES P/ A MOAMBA

2 cebolas
3 dentes de alho
250 g tomate pelado
1 lata grande de moamba
1 galinha
Sal q.b.
200 g quiabo

INGREDIENTES P/ O FUNGE

600 g água
300 g fuba de mandioca

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo as cebolas, os alhos e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Adicione o tomate, a moamba, envolva com a ajuda da espátula e programe **7 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte a galinha cortada em pedaços pequenos, o sal e programe **15 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Adicione o quiabo, rectifique o sal e programe **10 Min/ Varoma / ↶/ Vel ⫝̸**.

· Se verificar que ao ferver salpica, coloque o cesto sobre a tampa. Retire e reserve.

PREPARAÇÃO DO FUNGE

· Pese a fuba e reserve.

· Coloque no copo a água e programe **10 Min/ Varoma/ Vel 1**. Retire e reserve um copo de medida de água.

· Deite a fuba de uma só vez e programe **30 Seg/ Vel 6**. Durante este tempo deite através do bocal da tampa a água reservada, até que a massa fique lisa. Se for necessário programe mais alguns segundos.

· Acompanhe a moamba com o funge.

Nota: Utilize fuba de mandioca de Angola ou dos Camarões, que se encontra à venda no mercado tradicional ou em lojas de produtos africanos.

29. Rolo de 3 carnes com farinheira

8 PAX
20 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

150 g pão p/ ralar
1 cebola
2 dentes alho
15 g salsa
1 caldo de carne
700 g carne vaca picada
200 g carne porco picada
100 g peito frango picado
3 ovos
50 g vinho
Sal e noz-moscada q.b.
1 farinheira
200 g fatias de bacon
Azeite e vinho branco q.b.

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 200ºC.

· Com o copo seco rale o pão e programe **15 Seg/ Vel 5**. Retire e reserve.

· Coloque no copo a cebola, os alhos, a salsa, o caldo e programe **5 Seg/ Vel 5**.

· Adicione as carnes, os ovos, o pão ralado reservado, o vinho, os temperos e envolva alguns segundos na **Vel 4**.

· Forre um tabuleiro de forno com uma folha de alumínio.

· Espalhe a carne por cima da folha, no meio coloque a farinheira sem a pele. Forme um rolo. Cubra com as fatias de bacon. Regue com azeite e vinho branco.

· Leve ao forno cerca de 35 minutos.

30. Coelho à nossa moda

6 PAX
40 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

1000 g coelho arranjado aos pedaços
300 g vinho tinto
Sal q.b.
3 dentes de alho
1 folha de louro
1 cebola
50 g toucinho em pedaços
30 g azeite
300 g arroz agulha
600 g água
200 g tomate
1 pitada de piripiri
½ c. chá de alecrim

PREPARAÇÃO

· De véspera coloque o coelho a marinar no vinho, com o sal, 2 dentes de alho às rodelas e a folha de louro.

· Coloque no copo a cebola, o toucinho, o restante alho, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Coloque na Varoma uma forma rectangular de alumínio com o arroz, a água, um fio de azeite, tempere com sal e tape com uma folha de alumínio. Reserve.

· No copo, junte o tomate, o coelho, 150 g da marinada, os temperos, a Varoma e programe **35 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Retire a Varoma e acompanhe o coelho com o arroz.

Notas

Dica
Pode fazer-se com frango ou perna de peru.



27

Dica
Para congelar embrulhe o rolo numa película aderente.



29

Dica
Poderá substituir os quiabos por courgettes ou beringelas.



28

Dica
Pode substituir o arroz por batata miúda.



30

31. Carne à Angolana

6 PAX
35 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g cebola
1 dente de alho
100 g tomate
50 g azeite
1000 g carne p/ estufar
25 g vinho branco
1 caldo de carne
100 g quiabos
450 g abóbora cortada em cubos

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, o alho, o tomate, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte a carne cortada em cubos, o vinho, o caldo, coloque a Varoma com os legumes e programe **30 Min/ Varoma/ 🔄/ Vel 🌀**.

Dica: Acompanhe com funge ou arroz branco.

32. Bifinhos rápidos

4 PAX
20 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g cebola
2 dentes de alho
50 g azeite
50 g água
1 c. chá de açúcar ou vinho do Porto
50 g vinho branco
30 g molho soja
½ pacote de sopa de rabo de boi
500 g bifes pequenos

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, os alhos, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· A seguir refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte a água, o açúcar ou vinho do Porto, o vinho branco, o molho de soja, a sopa rabo de boi e misture **3 Seg/ Vel 3**.

· Coloque os bifinhos no copo e programe **15 Min/ 100º/ 🔄/ Vel 🌀**.

Dica: Acompanhe com puré de batata feito na Bimby. Pode polvilhar os bifes com corintos, sultanas, pinhões, rebentos de soja ou ervas aromáticas.

33. Chili com carne

6 PAX
23 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

50 g azeite
1 cebola
1 dente de alho
1 pimento vermelho
200 g tomate
500 g carne picada
1 caldo de carne
1 pitada de cominhos
1 malagueta
550 g feijão encarnado cozido
Molho de chili q.b (opcional)

PREPARAÇÃO

· Deite o azeite no copo e aqueça **3 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Coloque a cebola, o alho, o pimento e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Adicione o tomate e pique **20 Seg/ Vel 7**. Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· Adicione a carne, o caldo, os cominhos, a malagueta e programe **10 Min/100º/ 🔄/ Vel 🌀**.

· Junte o feijão bem escorrido e programe **5 Min/ 100º/ 🔄/ Vel 🌀**.

Dica: Sirva com arroz branco.

34. Esparguete com frango

6 PAX
30 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g cebola
1 dente de alho
50 g azeite
100 g tomate
500 g frango
1 cenoura
700 g água
1 caldo de galinha
250 g esparguete

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, o alho, o azeite, o tomate e programe **5 Seg/ Vel 5**.

· De seguida programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte o frango cortado em pedaços pequenos, a cenoura em rodelas e programe **5 Min/ 100º/ 🔄/ Vel 🌀**.

· Adicione a água, o caldo, tempere a gosto, e programe **10 Min/ 100º/ 🔄/ Vel 🌀**.

· Junte o esparguete e programe **10 Min/ 100º/ 🔄/ Vel 🌀**, ou o tempo indicado na embalagem.

35. Peito de frango enrolado

4 PAX
38 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

4 ramos de salsa
12 fatias de fiambre
6 peitos de frango (cerca de 150 g cada) temperados
6 fatias de queijo
1 cebola
2 dentes de alho
20 g manteiga
400 g água
2 caldos de legumes
300 g vinho branco
1 c. chá de alecrim fresco moído
Sal e pimenta q.b
500 g batatas
400 g cogumelos
Sumo de um limão
30 g farinha
100 g queijo fresco de ervas ou natas

PREPARAÇÃO

· Lave a salsa, seque-a, coloque no copo e pique **5 Seg/ Vel 5**. Reserve.

· Estenda 1 fatia de fiambre, coloque o peito de frango por cima e cubra com uma fatia de queijo e outra de fiambre, enrole e segure com um palito. Coloque-os na Varoma, ligeiramente untada. Reserve.

· Coloque no copo a cebola, os alhos e programe **5 Seg/ Vel 5**. Junte manteiga e refogue **5 Min/ Varoma /Vel 2**.

· Adicione a água, os caldos, 200 g de vinho, o alecrim, os temperos, o cesto com as batatas cortadas em cubos, a Varoma reservada e programe **18 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· Entretanto, lave os cogumelos, lamine-os e deite sumo de limão para que não oxidem e reserve.

· A seguir deite os cogumelos sobre os rolos e programe mais **12 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· Retire para uma travessa de servir os rolos de frango e as batatas. Mantenha quente. Reserve o caldo de cozedura.

· Sem lavar o copo, deite 500 g do caldo reservado, 100 g de vinho, os restantes ingredientes e programe **3 Min/ 100º/ Vel 4**.

· Polvilhe com a salsa reservada e sirva com o molho à parte.

36. Peitos de frango pizzaiola

6 PAX

30 Min

OIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

200 g de queijo flamengo
50 g azeite
1 cebola
2 dentes de alho
800 g peito de frango
Sal e pimenta q.b.
600 g tomate em pedaços
1 caldo de legumes
1 c. chá de açúcar
Orégãos q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o queijo e programe **5 Seg/ Vel 5**. Retire e reserve.

· No copo coloque o azeite, a cebola, os alhos e pique **5 Seg/ Vel 5**. A seguir refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**:

· Prepare o peito de frango partido ao meio, tempere com sal, pimenta e coloque-os na Varoma oleada. Reserve.

· No copo junte o tomate, o caldo, o açúcar, a Varoma e programe **25 Min/ Varoma/ Vel 1**. Retire.

· Coloque o peito de frango num pyrex, cubra com o queijo ralado, o molho de tomate e polvilhe com orégãos. Leve ao forno pré-aquecido a 180ºC cerca de 15 minutos para gratinar.

37. Lombinho de porco com molho madeira

4 PAX

33 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

150 g cogumelos (preferencialmente "pleurothus")
600 g bifes finos de lombo de porco
1 cebola
1 dente de alho
100 g leite
1 c. chá de mostarda
½ c. chá de mostarda forte (Dijon)
250 g vinho da Madeira branco ou Martini branco
1 caldo de carne
Sal e pimenta q.b.
100 g natas
30 g amido de milho
Salsa p/ decorar

PREPARAÇÃO

· Lamine os cogumelos e reserve.

· Coloque os bifes no cesto, intercalando com os cogumelos laminados. Reserve.

· Coloque no copo a cebola, o alho, o leite, as mostardas e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Adicione o vinho, o caldo, o sal, a pimenta, introduza o cesto e programe **30 Min/ 100º/ Vel 4**. Retire o cesto e reserve os bifes quentes.

· Junte ao molho as natas, o amido de milho e programe **3 Min/ 80º/ Vel 4**. Deite o molho sobre os bifes reservados, polvilhe com salsa picada e sirva.

Dica: Aproveitando os 25 minutos da cozedura dos bifes pode, opcionalmente programar, temperatura Varoma e cozer legumes a gosto (cenouras, brócolos...) ao vapor para acompanhamento.

38.Rolos de peito de peru com recheio de queijo

6 PAX

28 Min

DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

40 g ervas mistas (coentros, cebolinho, salsa, hortelã, etc.)
300 g queijo Gorgonzola, aos pedaços
250 g courgette
6 bifes finos e grandes de peito de peru
Sal e pimenta q.b.
1000 g água
1 caldo de legumes
300 g arroz agulha
100 g leite
40 g farinha
1 c. chá de sumo de limão

PREPARAÇÃO

· Coloque as ervas no copo e programe **3 Seg/ Vel 8**. Reserve 2 colheres de sopa das ervas trituradas.

. Coloque no copo o queijo e dê **5 golpes** de **Turbo**. Retire a pasta e reserve.

. Use um descascador de legumes para cortar as courgettes longitudinalmente, em tiras de 1– 2 mm, para que cada tira contenha um pouco da casca e reserve.

. Tempere os bifes com o sal e pimenta. Recheie com um pouco da pasta de queijo reservada. Coloque uma tira da courgette por cima do bife recheado, depois enrole os bifes de forma a obter uns rolos e à volta coloque novamente uma tira de courgette como se fosse um cinto com as pontas viradas para baixo. Feche com um palito.

. De seguida coloque os rolos dentro da Varoma untada e verifique que o vapor tenha espaço para passar. Reserve.

. Coloque no copo a água, ½ colher de chá de sal, o caldo de legumes, o cesto com o arroz, a Varoma e programe **25 Min/ Varoma/ Vel 2**. Retire a Varoma, o cesto do arroz e guarde de forma que não esfrie.

. Reserve 400 g da água da cozedura no copo e coloque os restantes ingredientes, a pasta de queijo reservada e programe **3 Min/ 100º/ Vel 3**.

. Depois bata **20 Seg** e vá **progressivamente** até à **Vel 6**.

. Sirva os rolos de peru com o arroz, regados com o molho e polvilhados com as ervas picadas reservadas.

Notas



10. Vegetariano

114. Passo a passo
1. Leite de soja

116. Vegetariano
2. Seitan
3. Tofu
4. Vitamina de abacate
5. Batido de beterraba
6. Leite de arroz
7. Iogurte de soja natural

118. Vegetariano
8. Peixinhos da horta
9. Sopa de alface
10. Patê de requeijão com hortelã
11. Ovos verdes
12. Creme de favas com coentros

120. Vegetariano
13. Sopa de feijão encarnado com abóbora
14. Pão de iogurte
15. Pão da terra
16. Sopa de couve com leite de soja

122. Vegetariano
17. Almôndegas de tofu
18. Caril de legumes
19. Estufado de tofu
20. Arroz integral com espinafres

124. Vegetariano
21. Tortilha de legumes no forno
22. Lasanha (vegetariana)
23. Chili com seitan
24. Legumada

126. Vegetariano
25. Salada primavera
26. Pudim de ervilhas com cenoura
27. Pudim vegetariano
28. Lentilhas estufadas com cebola e tomate

128. Vegetariano
29. Arroz doce com leite de coco e manga
30. Mousse de maracujá
31. Leite creme de soja
32. Espuma de ananás
33. Maçãs ao vapor

1. Leite de soja

INGREDIENTES

120 g grão de soja seco
(o grão demolhado dobra de volume)

1000 g água

PREPARAÇÃO

· Deixe de molho o grão de um dia para outro num local fresco.

· Escorra-o, coloque-o no copo com 200 g de água e triture **30 Seg/ Vel 7**.

· Adicione as restantes 800 g de água e programe **30 Min/ 100º/ Vel** ⏝.

· Após 10 min deverá fazer espuma, dissolva com a ajuda da espátula.

· Coloque o cesto sobre um recipiente e forre-o com um pano limpo. Coe a mistura.

· O resíduo que fica no pano chama-se *okara*. O líquido que obtém é o leite de soja.

· Veja a quantidade e complete com água até 1000 g. Se desejar menos concentrado adicione água até completar 1500 g.

· Guardar no máximo 4 dias no frio.

1500 g

30 Min

DIFICULDADE: FÁCIL



• Deixe de molho o grão de soja de um dia para o outro.



• Forre o cesto com um pano limpo e coe.



Dica

O okara poderá ser usado em granolas, hambúrgueres, bolos, biscoitos, adicionado ao feijão, etc.

1

2. Seitan

6 PAX
45 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

2 cebolas
30 g azeite
4 dentes de alho
50 g molho de soja
1300 g água
250 g glúten de trigo

PREPARAÇÃO

· Coloque todos os ingredientes no copo, excepto a água e o glúten e triture **5 Seg/ Vel 5**. De seguida refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte 500 g de água, o glúten e envolva **5 Seg/ Vel 5**. Deite o conteúdo no cesto e reserve.

· Coloque no copo a água restante, o cesto e programe **40 Min/ 100º/ Vel 4**.

· Retire o cesto e deixe arrefecer com o Seitan lá dentro.

3. Tofu

Aprox. 270 g
10 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1000 g leite de soja
Sumo de 2 limões

PREPARAÇÃO

· Coloque o leite de soja no copo e programe **10 Min/ 100º/ Vel** 🌡.

· Deite o leite quente num recipiente limpo. Acrescente o sumo dos limões, mexa e deixe que a mistura coalhe.

· Forre o cesto com um pano limpo. Deite o leite coalhado no cesto e deixe escorrer. O coalho que ficou no pano, chamamos de tofu. Se quiser mais firme envolva-o no pano e coloque um peso em cima, para que saia o soro todo.

· Quanto maior for o peso e mais tempo ficar, mais firme será o tofu.

Dica: Faça o leite de soja na Bimby.

4. Vitamina de abacate

2 Copos
1 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

300 g leite
6 cubos de gelo
1 abacate grande
30 g açúcar ou frutose

PREPARAÇÃO

· Coloque todos os ingredientes no copo e programe **1 Min/ Vel 9**.

5. Batido de beterraba

2 Copos
2 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

200 g leite
Sal e pimenta q.b.
200 g natas de soja
2 beterrabas médias

PREPARAÇÃO

· Coloque todos os ingredientes no copo e programe **2 Min/ Vel 9**.

· Sirva com gelo, ou seja, meio copo de sumo e meio copo de gelo.

6. Leite de arroz

6 Copos
21 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

60 g amendoim ou amêndoa s/ sal
1100 g água
80 g arroz (agulha ou carolino, integral ou selvagem)
80 g açúcar amarelo

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o amendoim e triture **20 Seg/ Vel 9**. Reserve.

· Coloque no copo a água, o arroz e programe **18 Min/ 100º/ Vel 3**.

· Adicione o amendoim reservado, o açúcar e programe **2 Min/ 100º/ Vel 3**.

· Programe **1 Min** e vá **progressivamente** até **Vel 7**.

Nota: Ao passar o leite, faça-o **progressivamente, Vel 3, 5, 7**.
É fundamental esperar 3 a 5 segundos antes de abrir a tampa, para permitir a estabilização do líquido e evitar o perigo de salpicos.

7. Iogurte de soja natural

8 PAX
9 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1000 g leite de soja
1 c. chá de ágar-ágar
1 iogurte de soja
70 g açúcar amarelo

PREPARAÇÃO

· Dissolva o ágar-ágar no leite de soja e misture **10 Seg/ Vel 5**. De seguida programe **5 Min/ 100º/ Vel 3**. Retire o copo da base e deixe arrefecer.

· Adicione o iogurte, o açúcar e programe **4 Min/ 50º/ Vel 4**.

· Terminado o tempo, abafe bem o copo da Bimby com uma manta polar ou um saco térmico, durante 6 horas.

· A espessura do iogurte depende da forma como abafa.

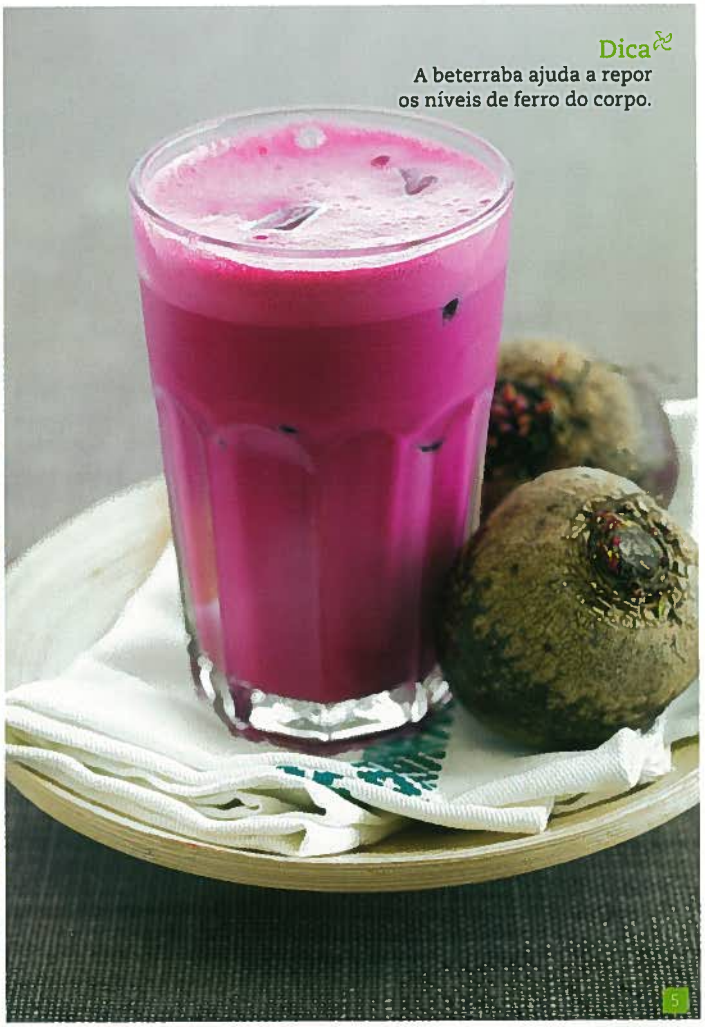
Dica: O ágar-ágar é uma gelatina de algas. Encontra-se à venda em casas de produtos naturais.

Notas



Dica
Guarde no frigorífico num recipiente hermeticamente fechado até 5 dias.

2

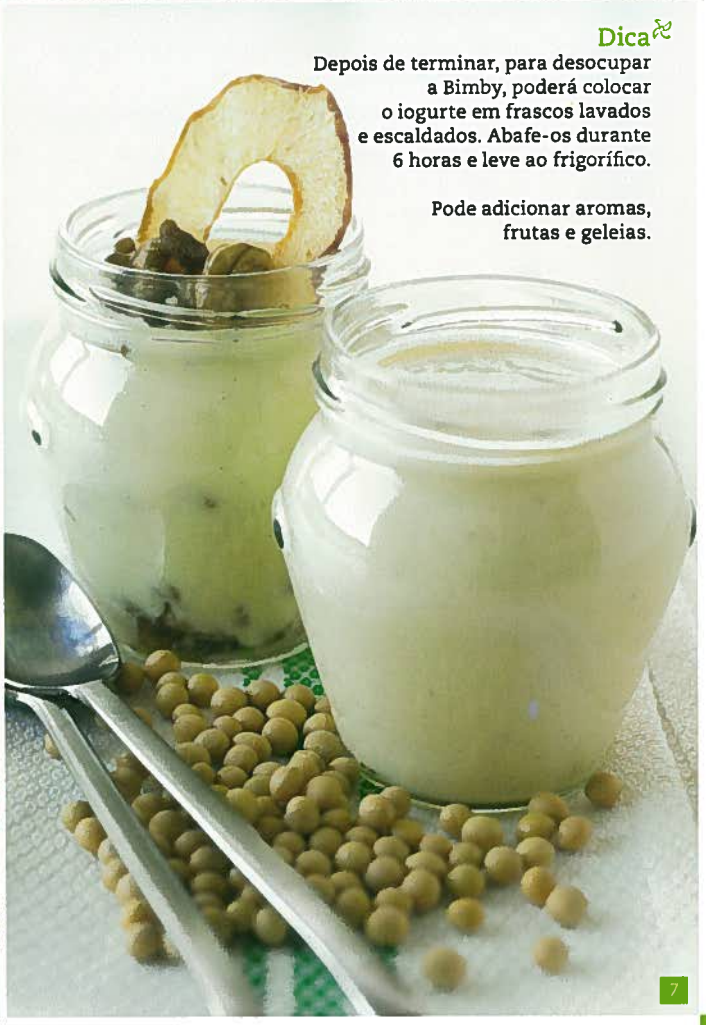


Dica
A beterraba ajuda a repor os níveis de ferro do corpo.

5



4



Dica
Depois de terminar, para desocupar a Bimby, poderá colocar o iogurte em frascos lavados e escaldados. Abafe-os durante 6 horas e leve ao frigorífico.

Pode adicionar aromas, frutas e geleias.

7

8. Peixinhos da horta

6 PAX
27 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

300 g feijão verde
300 g leite
5 pés de salsa
4 ovos
350 g farinha
Sal e pimenta q.b
Óleo p/ fritar q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo 500 g de água, a Varoma com o feijão verde e programe **25 Min/ Varoma/ Vel 1**. Retire e reserve.

· Com o copo limpo coloque a salsa e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Junte os restantes ingredientes e programe **2 Min/ Vel 5**.

· Passe o feijão verde por este polme de modo a cobri-lo todo.

· Frite em óleo abundante e escorra sobre papel absorvente.

9. Sopa de alface

4 PAX
26 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 alface grande ou 2 médias
2 cebolas, cortadas aos pedaços
3 cenouras, cortadas aos pedaços
1 batata grande, cortada aos pedaços
3 dentes de alho
Sal q.b.
500 g água
50 g azeite

PREPARAÇÃO

· Lave a alface, parta-a e coloque na Varoma. Reserve.

· Coloque os restantes ingredientes no copo excepto o azeite, a Varoma e programe **25 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Adicione a alface e programe **1 Min** e vá **progressivamente** até à **Vel 7**.

Nota: Ao triturar a sopa, faça-o **progressivamente**, **Vel 3, 5, 7**.
É fundamental esperar 2 a 3 segundos antes de abrir a tampa, para permitir a estabilização do líquido e evitar o perigo de salpicos.

10. Patê de requeijão com hortelã

6 PAX
15 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

2 requeijões
12 folhas de hortelã
Sal e pimenta q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **15 Seg/ Vel 5**.

· Coloque o patê numa taça e leve ao frigorífico. Sirva com tostas.

11. Ovos verdes

6 PAX
25 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1000 g água
12 ovos
50 g pão
70 g leite
50 g salsa
2 c. sopa de vinagre
1 c. sopa de mostarda
Sal e pimenta q.b.
Farinha q.b.
Ovos p/ panar
Pão ralado q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a água, o cesto com os ovos e programe **25 Min/ 100º/ Vel 4**.

· Numa taça demolhe o pão no leite e reserve.

· Descasque os ovos e parta-os ao meio no sentido do comprimento, retire as gemas e reserve as claras.

· Coloque no copo as gemas, o pão demolhado e escorrido, a salsa, o vinagre, a mostarda, o sal, a pimenta e triture **15 Seg/ Vel 4**.

· Recheie as claras cozidas com esta massa. Passe-os por farinha, ovo batido, pão ralado e frite-os em óleo quente.

12. Creme de favas com coentros

6 PAX
36 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 cebola média
2 dentes de alho
30 g azeite
700 g favas
950 g água
Sal q.b.
20 g coentros
Croutons q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, os alhos, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· De seguida, refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1.**

· Junte as favas, a água, o sal e programe **30 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Quando terminar junte os coentros e programe **1,30 Min** e vá **progressivamente** até à **Vel 7**.

· Verifique a consistência do puré, e se necessário, acrescente água.

Nota: Ao triturar a sopa, faça-o **progressivamente**, **Vel 3, 5, 7**.
É fundamental esperar 2 a 3 segundos antes de abrir a tampa, para permitir a estabilização do líquido e evitar o perigo de salpicos.

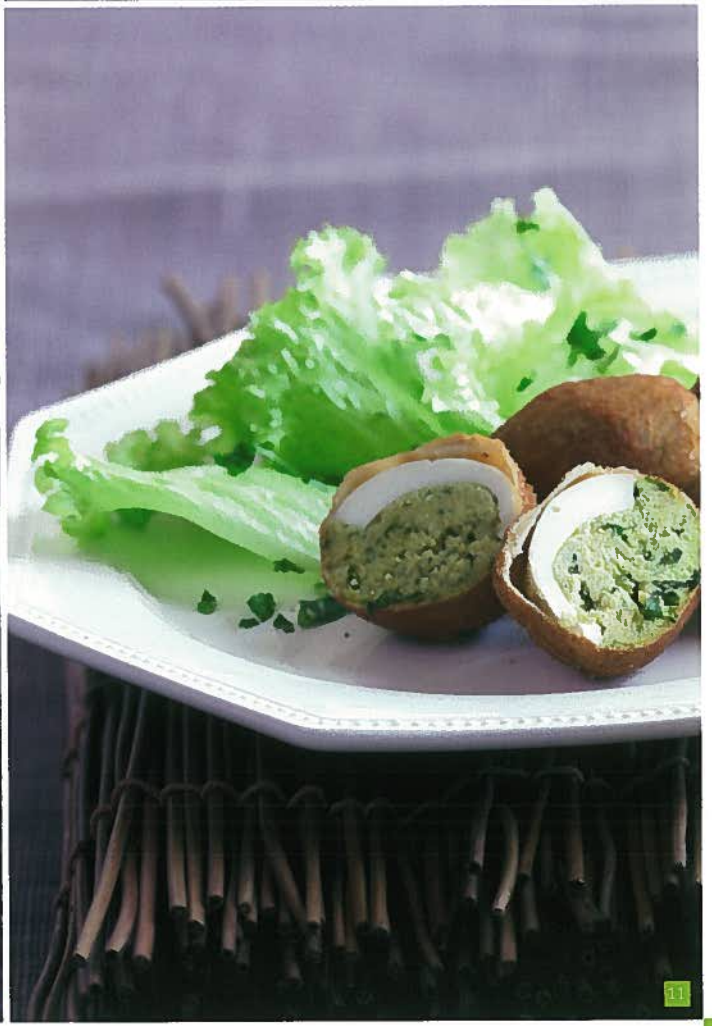
Dica: Sirva com croutons e algumas folhas de coentros.

Notas









13. Sopa de feijão encarnado com abóbora

6 PAX
16 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 cebola
2 dentes de alho
30 g polpa de tomate
1 lata grande de feijão encarnado
400 g abóbora
800 g água
Sal q.b.
20 g azeite
Fatias de pão caseiro

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, os alhos e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Adicione a polpa de tomate, 300 g de feijão escorrido, a abóbora, a água, o sal e programe **15 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Quando terminar o tempo programe **1 Min** e vá **progressivamente** até **Vel 7**.

· Junte o restante feijão, regue com o azeite e sirva com as fatias de pão.

Nota: Ao triturar a sopa, faça-o **progressivamente Vel 3, 5, 7**.
É fundamental esperar 2 a 3 segundos antes de abrir a tampa, para permitir a estabilização do líquido e evitar o perigo de salpicos.

14. Pão de iogurte

1 Pão
3 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

2 iogurtes naturais
150 g água
2 c. chá de açúcar
1 c. chá de sal
½ saqueta fermento seco, cerca de 5 g
200 g farinha de centeio
180 g farinha
Azeite para untar a forma

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo os iogurtes, a água, o açúcar, o sal, o fermento e programe **1 Min/ 37º/ Vel 2**.

· Adicione as farinhas e programe **2 Min/ Vel** .

· Deite a massa numa forma rectangular untada com azeite e deixe dobrar o volume num local morno.

· Leve ao forno pré-aquecido a 180ºC cerca de 40 minutos. Desenforme enquanto estiver quente para evitar que se crie humidade.

Nota: Este pão foi feito com farinha tipo 65, se utilizar o tipo 55 adicione mais 30 g de farinha.

15. Pão da terra

8 PAX
2 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

500 g água
50 g mel
25 g fermento padeiro fresco
500 g farinha integral
2 c. chá de sal
35 g sementes de sésamo
35 g sementes de linhaça

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a água, o mel e programe **1 Min/ 37º/ Vel 1.**

· Adicione o fermento e aguarde 5 minutos para o fermento activar.

· Junte o resto dos ingredientes e programe **1 Min/ Vel** .

· Deite a massa numa forma de bolo inglês previamente untada com margarina e polvilhada com farinha. Deixe a massa repousar, até dobrar de volume, num local morno.

· Leve ao forno, pré-aquecido a 200ºC cerca de 45 minutos.

· Retire do forno, deixe arrefecer 10 minutos dentro da forma antes de desenformar.

16. Sopa de couve com leite de soja

6 PAX
30 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 cebola média
1 dente de alho
30 g óleo de girassol
250 g couve lombarda cortada em juliana
2 alhos franceses cortados às rodelas
100 g ervilhas frescas
2 cenouras cortadas às rodelas
750 g leite de soja
1 c. chá de sal
Pimenta q.b
1 c. chá de tomilho
½ c. chá de gengibre em pó

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a cebola, o alho, o óleo e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· De seguida, refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Adicione a couve, o alho francês, as ervilhas, as cenouras e programe **10 Min/ 100º/ / Vel** .

· Coloque o leite, o sal, a pimenta, o tomilho, o gengibre e programe **15 Min/ 100º/ / Vel** .

· Sirva com fatias de pão integral.

Notas



13

Dica

Pode substituir
o fermento fresco por 5 g
de fermento de padeiro seco.



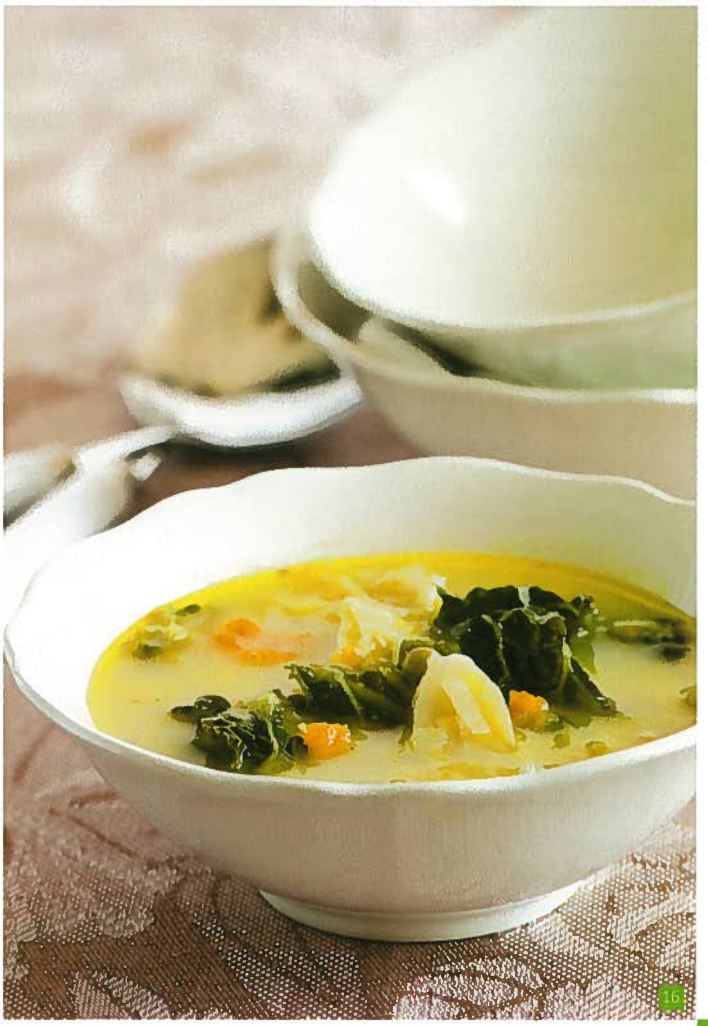
15

Dica

Pode substituir o fermento seco
por 20 g de fermento de padeiro fresco.



14



16

17. Almôndegas de tofu

25 Un
25 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

300 g tofu
50 g farinha
50 g pão ralado na Bimby
150 g arroz cozido
10 g coentros
1 cebola
2 dentes de alho
40 g azeite
1 cenoura
100 g tomate cortado aos pedaços
250 g água
100 g vinho branco
Sal e pimenta q.b.
1 c. chá de orégãos
Coentros p/ polvilhar

PREPARAÇÃO

· Faça o tofu conforme a receita da pág. 116.

· Coloque no copo o tofu, a farinha, o pão ralado, o arroz, os coentros e programe **20 Seg/ Vel 3**.

· Faça bolas pequenas e coloque-as dentro do cesto. Reserve.

· Sem lavar o copo, coloque a cebola, os alhos, o azeite, a cenoura e triture **5 Seg/ Vel 5**.

· Coloque o tomate e refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Coloque no copo a água, o vinho, o sal, a pimenta, os orégãos, o cesto e programe **20 Min/ 100º/ Vel 4**.

· Sirva polvilhado com coentros picados.

18. Caril de legumes

8 PAX
30 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES P/ A VAROMA

3 cenouras
2 beringelas
2 courgettes
1 pimento verde
1 pimento vermelho
2 alhos franceses
Sal q.b.

INGREDIENTES P/ O COPO

800 g água
Sal q.b.
50 g azeite
3 cebolas médias
4 dentes de alho
40 g tomate
20 g coentros
30 g coco ralado
100 g vinho branco
1 lata de leite de coco
1 c. sopa de caril
10 g açúcar
1 c. chá de açafrão
1 c. chá de cominhos
1 c. chá de manjericão
1 c. chá de flor de anis
1 c. chá de cardamomo

PREPARAÇÃO

· Corte os legumes aos cubos, coloque-os na Varoma e salpique com um pouco de sal. Reserve.

· Coloque no copo a água, o sal, a Varoma e programe **15 Min/ Varoma/ Vel 1**. Retire e reserve os legumes.

· No copo limpo deite o azeite, as cebolas, os alhos, o tomate, os coentros e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· A seguir programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Adicione o coco ralado, o vinho, o leite de coco, os restantes temperos e programe **7 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Junte os legumes reservados e programe **3 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Rectifique os temperos e sirva com arroz branco feito na Bimby.

19. Estufado de tofu

6 PAX
20 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

500 g tofu
500 g courgettes
2 cenouras
300 g cogumelos
2 cebolas
2 dentes de alho
50 g azeite
100 g tomate
1 caldo de legumes
Sal e pimenta q.b.
50 g vinho branco
Manjericão e orégãos q.b.

PREPARAÇÃO

· Corte o tofu e as courgettes em cubos, as cenouras e os cogumelos às rodelas e reserve.

· Coloque no copo as cebolas, os alhos, o azeite, o tomate e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· Adicione os temperos, o vinho, os legumes reservados e programe **12 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Rectifique o sal, junte o tofu, o manjericão, os orégãos e envolva **3 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Sirva com arroz ou massa integral.

20. Arroz integral com espinafres

6 PAX
59 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1000 água
300 g arroz integral
1 cebola
2 dentes de alho
50 g azeite
400 g espinafres congelados
1 pitada de gengibre em pó
50 g vinho branco
Sal e pimenta q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a água, o cesto com o arroz e programe **45 Min/ 100º/ Vel 3**. Retire e reserve.

· Coloque no copo a cebola, os alhos, o azeite e triture **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Descongele e retire o excesso de líquido dos espinafres.

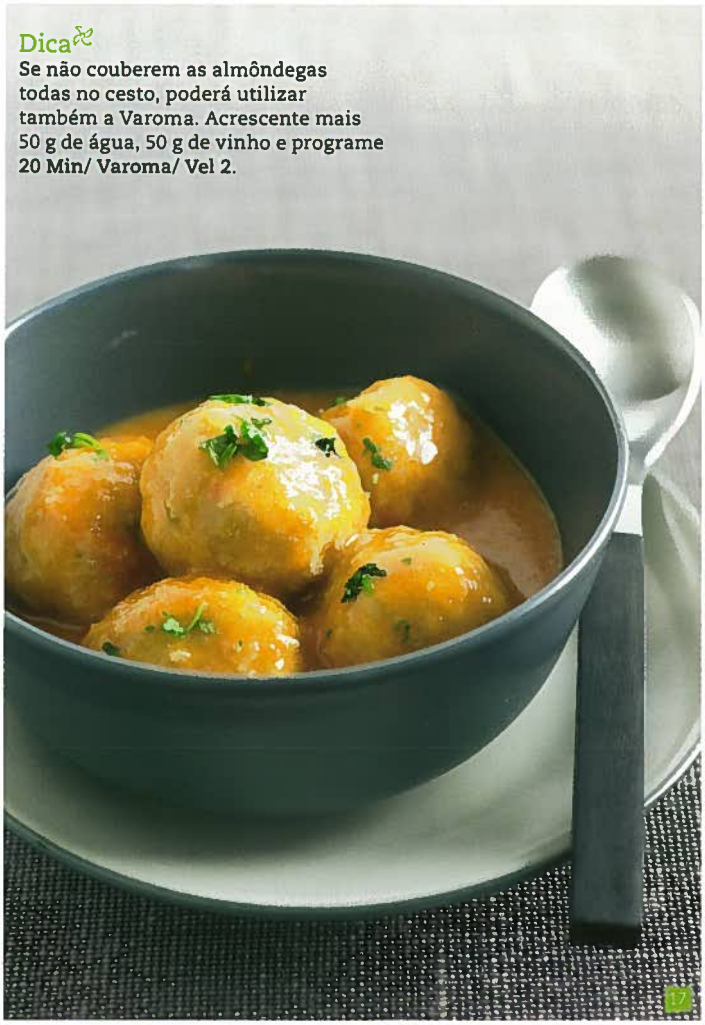
· Adicione os espinafres, os restantes ingredientes e programe **8 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Junte o arroz cozido e envolva **1 Min/ ↶/ Vel ⫝̸**.

Notas

Dica

Se não couberem as almôndegas todas no cesto, poderá utilizar também a Varoma. Acrescente mais 50 g de água, 50 g de vinho e programe 20 Min/ Varoma/ Vel 2.



17

Dica

Pode fazer o seu tofu na Bimby.



19



18



20

21. Tortilha de legumes no forno

8 PAX
6 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

2 cenouras
2 dentes de alho
1 pimento vermelho
2 cebolas médias
½ alho francês
40 g azeite
2 tomates
6 ovos
Sal e pimenta q.b.
1 c. chá de orégãos
Margarina q.b.

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 200º C.

· Pique a cenoura **5 Seg/ Vel 5**. Reserve.

· Coloque no copo os alhos, o pimento, as cebolas, o alho francês e pique **4 Seg/ Vel 4**. Retire.

· Deite no copo o azeite, o tomate e programe **5 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Adicione os ovos previamente batidos, o sal, a pimenta, os orégãos e envolva **1 Min/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Junte os preparados reservados e envolva com a ajuda da espátula.

· Deite numa tarteira untada com margarina e leve ao forno cerca de 20 minutos.

22. Lasanha vegetariana

6 PAX
28 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES P/ O RECHEIO

500 g courgettes
150 g cenoura
300 g cogumelos frescos
Sumo de 1 limão
1 cebola
2 dentes de alho
100 g tomate
50 g azeite
1 caldo de legumes
40 g vinho branco
20 g manjericão
1 caixa de placas de lasanha pré-cozida
50 g queijo mozzarella ou parmesão ralado

INGREDIENTES P/ O BÉCHAMEL

700 g leite
70 g farinha
30 g margarina
Sal, pimenta e noz-moscada q.b.

PREPARAÇÃO DO RECHEIO

· Corte as courgettes e as cenouras em rodelas finas. Lamine os cogumelos e regue-os com o sumo do limão. Reserve.

· Coloque no copo a cebola, os alhos, o tomate, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte os legumes reservados, o caldo, o vinho, o manjericão e programe **15 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝̸**. Rectifique o sal.

· Coloque um pouco do preparado de legumes no fundo de um pyrex, cubra com uma camada de massa, outra de legumes fazendo 3 camadas e terminando com massa. Coloque esta última camada só quando o bechamel estiver pronto.

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

PREPARAÇÃO DO BÉCHAMEL

· Sem lavar o copo coloque o leite, a farinha, a margarina, os temperos e programe **8 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Cubra com o béchamel, polvilhe com o queijo ralado e leve ao forno cerca de 25 minutos.

23. Chili com seitan

6 PAX
20 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

500 g seitan feito na Bimby
50 g azeite
2 cebolas
2 dentes de alho
1 pimento vermelho, cortado às tiras
200 g tomate
1 malagueta
1 caldo de carne
½ c. chá de cominhos
500 g feijão encarnado cozido

PREPARAÇÃO

· Faça o seitan conforme a receita da pág. 116.

· Coloque no copo o seitan e triture **5 Seg/ Vel 5**. Retire e reserve.

· Coloque no copo o azeite, as cebolas, os alhos, o pimento e pique **5 Seg/ Vel 5**. Adicione o tomate e pique mais **20 Seg/ Vel 7**.

· Refogue **5 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· Adicione o seitan e os restantes ingredientes, excepto o feijão e programe **10 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Por fim junte o feijão e programe **5 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝̸**.

24. Legumada

6 PAX
17 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

200 g queijo p/ ralar
1 cebola
1 dente de alho
50 g azeite
200 g cogumelos
1 courgette pequena cortada em pedaços
½ pimento verde e vermelho cortados em pedaços
2 cenouras, cortadas às rodelas
2 tomates maduros cortados às rodelas
Sal e pimenta q.b.
2 c. chá de orégãos

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o queijo aos bocados e rale **10 Seg/ Vel 9**. Retire e reserve.

· Sem lavar o copo coloque a cebola, o alho e pique **5 Seg/ Vel 5**.

· Junte o azeite e programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Adicione os cogumelos cortados em quartos e programe **5 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Junte a courgette, os pimentos, as cenouras, o tomate, os temperos e programe **7 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝̸**.

· Pré-aqueça o forno a 200ºC.

. Deite os legumes num pyrex, polvilhe com o queijo ralado reservado e leve ao forno, só para gratinar.

Notas

Dica

Pode adicionar 50 g rebentos de soja.









25. Salada primavera

8 PAX
35 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

300 g arroz cozido na Bimby
800 g água
Sal q.b.
100 g brócolos
50 g milho
30 g vinagre
400 g feijão vermelho cozido
50 g algas chinesas (demolhadas)
100 g cogumelos laminados
½ pimento vermelho, cortado aos quadrados
50 g amêndoa laminada e torrada

PREPARAÇÃO

· Coza o arroz conforme receita da pág. 70. Retire e deixe arrefecer.

· Coloque no copo a água, o sal, a Varoma com os brócolos e programe **15 Min/ Varoma/ Vel 1**. Reserve.

· Coloque os ingredientes restantes numa taça, o arroz frio, os brócolos e envolva com ajuda da espátula.

26. Pudim de ervilhas com cenoura

6 PAX
25 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

300 g cenouras
300 g ervilhas
150 g queijo flamengo
1000 g água
200 g arroz
6 ovos
200 g natas
Sal e pimenta q.b.
Papel vegetal q.b.

PREPARAÇÃO

· Prepare a Varoma com as cenouras aos cubos, as ervilhas e tempere com sal. Reserve.

· No copo coloque o queijo e rale **10 Seg/ Vel 5**. Retire e reserve.

· Sem lavar o copo, deite a água, o sal, introduza o cesto com o arroz, a Varoma e programe **25 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· Retire tudo para uma taça, misture o arroz com as ervilhas, as cenouras e o queijo ralado reservado.

· Pré-aqueça o forno a 180ºC.

· Unte uma forma grande de bolo inglês com margarina, forre com papel vegetal e unte novamente. Deite a mistura na forma.

· Sem lavar o copo, coloque os ovos, as natas, os temperos e programe **15 Seg/ Vel 5**.

· Deite o preparado por cima do arroz. Leve ao forno cerca de 45 minutos.

· Retire e deixe arrefecer antes de desenformar.

27. Pudim vegetariano

6 PAX
22 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES P/ O PUDIM

100 g nozes
200 g pão escuro fresco
2 cebolas
1 beringela grande
1 pimento verde s/ sementes
30 g azeite
300 g cogumelos laminados
1 caldo de legumes
1 c. chá de manjericão em pó
2 ovos
Sal e pimenta q.b.

INGREDIENTES P/ O MOLHO

400 g polpa de tomate
1 c. sopa de molho inglês
1 c. sopa de mel
Sal e pimenta q.b.

PREPARAÇÃO

· Com o copo bem seco triture as nozes **10 Seg/ Vel 7**. Retire e reserve.

· Coloque o pão e rale **15 Seg/ Vel 9**. Retire e reserve.

· Sem lavar o copo coloque as cebolas, a beringela, o pimento e pique **8 Seg/ Vel 5**.

· Junte o azeite e programe **5 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝**.

· Adicione os cogumelos, o caldo e programe **10 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝**.

· Junte o pão ralado e as nozes reservadas, o manjericão, os ovos. Rectifique os temperos e envolva com a ajuda da espátula.

· Deite o preparado numa forma de bolo inglês untada com margarina e leve ao forno, previamente aquecido a 180ºC, durante 30 minutos.

· Para o molho e sem lavar o copo, coloque todos os ingredientes e programe **7 Min/ 100º/ Vel 3**.

· Sirva o pudim numa travessa e regue com o molho de tomate.

28. Lentilhas estufadas com cebola e tomate

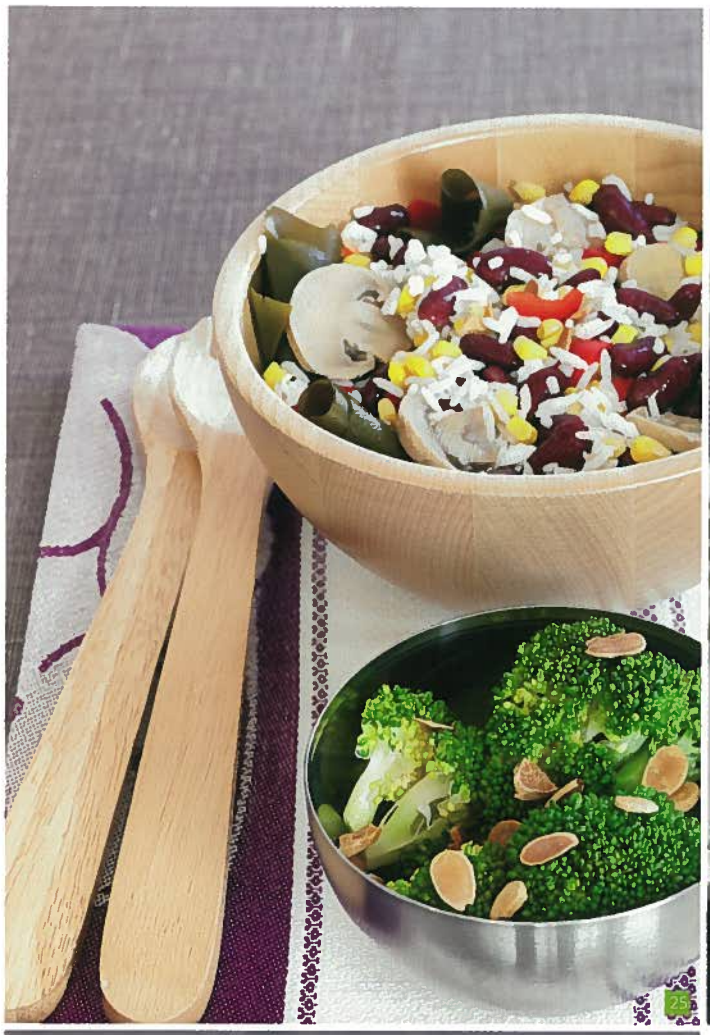
6 PAX
20 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1500 g água
150 g lentilhas verdes
1 cebola branca
1 dente de alho
30 g azeite
1 cebola roxa
1 lata de tomate em pedaços
Sumo de ½ limão
1 pitada de açúcar
Sal q.b.
1 c. chá de ervas aromáticas secas (manjericão, alecrim, etc.)

PREPARAÇÃO

· Coloque as lentilhas de molho numa taça com 1000 g de água cerca de 3 horas.
· Escorra e coloque-as no cesto. Reserve.
· Coloque no copo a restante água, ½ colher de chá de sal, o cesto com as lentilhas e programe **10 Min/ Varoma/ Vel 2**. Retire e reserve.
· No copo coloque a cebola branca, o alho, o azeite e pique **5 Seg/ Vel 5**.
· De seguida junte a cebola roxa cortada às rodelas, o tomate e refogue **5 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ⫝**.
· Adicione as lentilhas, o sumo, o açúcar, o sal, as ervas, envolva com a espátula e programe **5 Min/ 100º/ ↶/ Vel ⫝**.
· Sirva com arroz integral e salada.



25



Dica
Acompanhe com arroz branco ou batatas cozidas na Varoma.

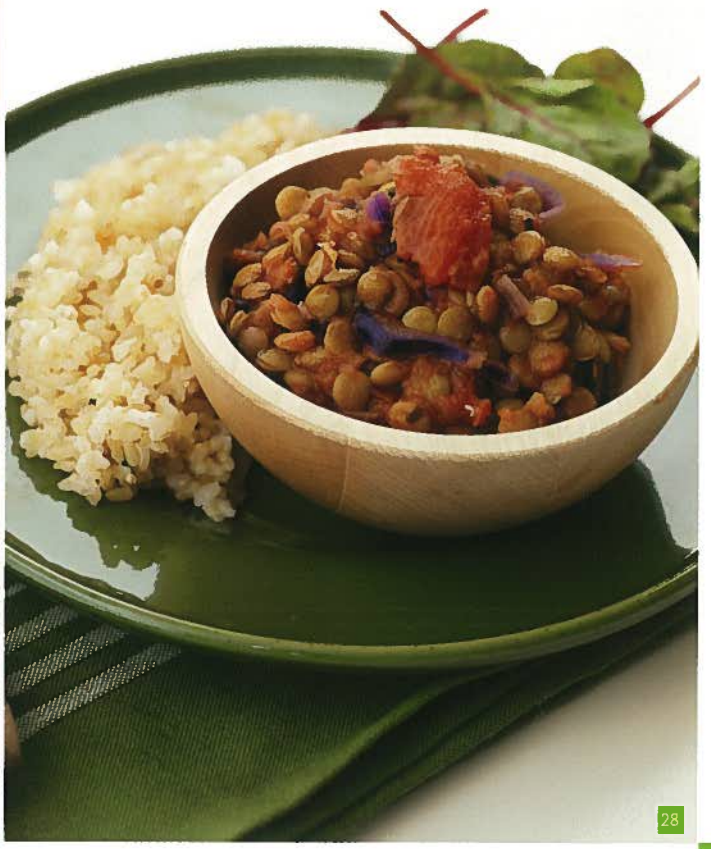
27

Dica
Sirva este pudim com o molho de tomate, seguindo a receita da pág 20.
Faça este pudim aproveitando sobras de arroz e legumes cozidos.



26

Dica
Pode guardar a água da cozedura das lentilhas para utilizar numa sopa.



28

29. Arroz doce com leite de coco e manga

8 PAX
50 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g arroz glutinoso
800 g leite
80 g amido de milho
200 g leite de côco
100 g açúcar
2 mangas maduras

PREPARAÇÃO

· Coloque o arroz de molho em água fria de um dia para o outro.

· Deite no copo o leite, o arroz escorrido e programe **40 Min/ 90º/ Vel 1**.

· Coloque no copo o amido de milho, o leite de coco, o açúcar e programe **10 Min/ 90º/ Vel 1**.

· Coloque o arroz numa travessa, deixe arrefecer, corte as mangas às tiras e enfeite a gosto.

30. Mousse de maracujá

8 PAX
5 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

3 folhas grandes de gelatina
3 c. sopa de água
400 g natas de soja
1 lata de leite condensado
1 lata polpa de maracujá

PREPARAÇÃO

· Numa taça, coloque a gelatina com a água e reserve.

· Coloque no copo as natas, o leite condensado e programe **4 Min/ Vel 3**.

· Junte a polpa de maracujá e programe **1 Min/ Vel 3**.

· Leve a gelatina ao microondas por alguns segundos para derreter.

· Coloque a Bimby em funcionamento na **Vel 3**, adicione a gelatina derretida através do bocal da tampa.

· Deite o preparado numa taça e leve ao frigorífico.

31. Leite creme de soja

6 PAX
15 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1000 g leite de soja
Casca de 1 limão ou laranja, só a parte amarela
1 pau de canela
100 g açúcar amarelo
50 g amido de milho
1 c. chá ágar-ágar (opcional)
1 pitada sal marinho

PREPARAÇÃO

· Coloque todos os ingredientes no copo e programe **15 Min/ 100º/ Vel 2.**

· Retire as cascas e o pau de canela. Deite numa travessa e deixe arrefecer.

· No fim pode servir-se queimado com açúcar ou polvilhado com canela.

Dica: O ágar-ágar é uma gelatina de algas, que encontra à venda nas casas de produtos naturais.

32. Espuma de ananás

6 PAX
2 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 ananás
4 folhas grandes de gelatina
4 c. sopa de água
300 g natas bem frias
50 g açúcar
2 c. sopa de rum
Sumo ½ limão

PREPARAÇÃO

· Descasque o ananás e reserve.

· Coloque numa taça a gelatina, a água e leve ao microondas cerca de 20 segundos para derreter. Reserve.

· Coloque a "borboleta", as natas, o açúcar e bata **2 Min/ Vel 3 ½** (atenção para que não passem a manteiga). Reserve.

· Retire a "borboleta", deite metade do ananás no copo e triture **15 Seg/ Vel 5**, reserve.

· Coloque no copo o rum, o sumo do limão, a gelatina reservada e programe **10 Seg/ Vel 3**.

· Junte todos os ingredientes reservados, com excepção do restante ananás e programe **10 Seg/ Vel 3**.

· Corte o ananás restante em pedaços pequenos e envolva no preparado final.

· Leve ao frigorífico.

33. Maçãs ao vapor

8 PAX
40 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

6 maçãs reinetas
12 damascos
150 g passas de uva
Canela q.b.
Mel q.b.
1000 g água

PREPARAÇÃO

· Retire os caroços das maçãs, com cuidado para que o fruto não abra.

· Com um garfo pique as maçãs.

· Dentro da cavidade, coloque um damasco e encha com passas.

· Corte quadrados de folha de alumínio, de modo a fazer uma concha.

· Coloque as maçãs em cima das "conchas", polvilhe com canela, regue com bastante mel e coloque um damasco por cima das maçãs, coloque-as na Varoma.

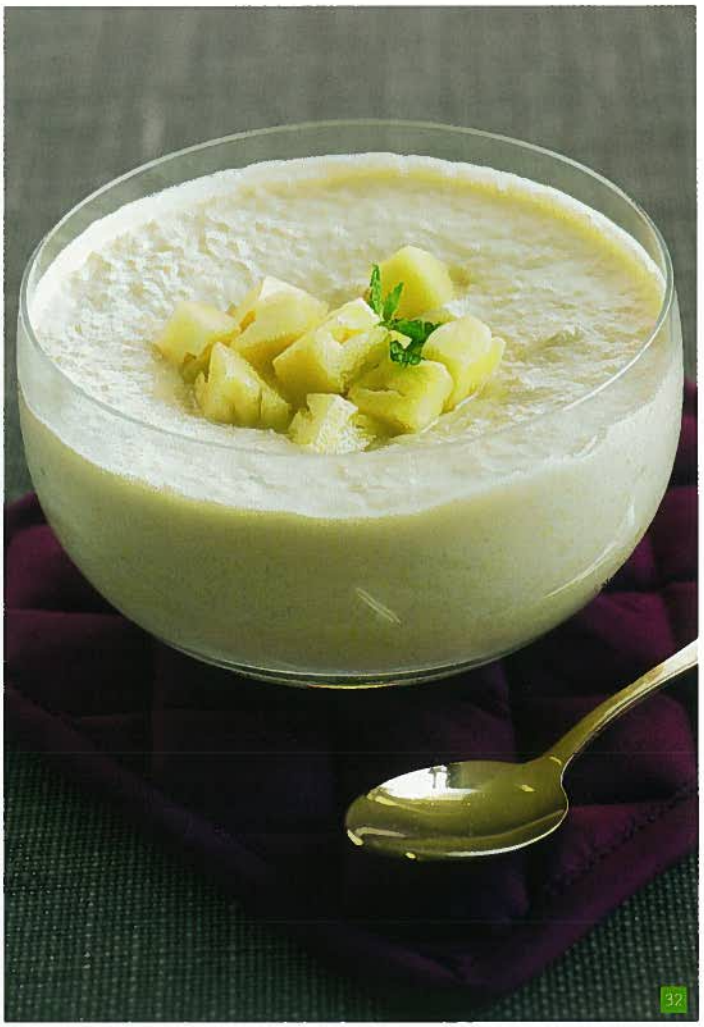
· Coloque no copo a água, a Varoma e programe **40 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Quando terminar o tempo, verifique se estão assadas. Se necessário programe mais uns minutos.

· Coloque as maçãs num prato de servir e regue com a calda que ficou na folha de alumínio.

Notas


Dica
Arroz glutinoso encontra-se à venda
em casas de produtos naturais.
29


32


30


33



11.
Doces e Sobremesas

132. Passo a passo
1. Suspiros

134. Sobremesas
2. Aletria
3. Pastéis de nata
4. Arroz doce
5. Bavaroise de baunilha e creme de caramelo com café

136. Sobremesas
6. Cheesecake de mirtilios
7. Toucinho-do-céu
8. Tiramisú
9. Tarte de maracujá c/ chocolate

138. Sobremesas
10. Quindins
11. Maçapão
12. Mousse de limão
13. Brigadeiros
14. Azevias de grão

140. Sobremesas
15. Sonhos
16. Ovos moles
17. Lemon curd
18. Leite creme
19. Tarteletes de lemon curd
20. Calda de açúcar

142. Sobremesas
21. Cheesecake (light)
22. Marquise de chocolate
23. Creme Inglês
24. Apple crumble
25. Molotoff

143. Sobremesas
26. Mousse de chocolate
27. Pudim flan
28. Recheio para torta
29. Chantilly
30. Creme de avelã e chocolate
31. Cobertura de chocolate

144. Bolos
32. Bolo Rei
33. Brownies
34. Bolo de mármore
35. Bolo Inglês

146. Bolos
36. Bolo Algarvio
37. Bolo de chocolate com piripiri
38. Bolo de noz
39. Bolo de cenoura com chocolate

148. Bolos
40. Picado de abelha
41. Tarte de maçã
42. Delícia de chocolate
43. Tarte de limão e merengue

150. Bolos
44. Pão-de-ló
45. Madalenas
46. Creme de pasteleiro
47. Quadrados de chocolate
48. Bolo de laranja

151. Bolos
49. Torta
50. Torta de laranja
51. Cobertura glacê branca
52. Bolo rápido
53. Bolo de iogurte

152. Bolachas
54. Areias
55. Biscoitos da Olinda
56. Bolachas de cerveja
57. Bolachas de chocolate

154. Compotas
58. Compota de pêssego
59. Compota de tomate
60. Marmelada
61. Compota de abóbora com nozes
62. Compota de figo

156. Compotas
63. Compota de aproveitamentos
64. Compota de morango
65. Geleia de marmelo
66. Geleia de frutos vermelhos

157. Compotas
67. Rabanadas ao vapor
68. Flan de chocolate
69. Pêssegos recheados
70. Pêras ao vapor

1. Suspiros

INGREDIENTES

150 g açúcar
3 claras de ovo (grande)
1 pitada de sal
¼ c. chá cremor de tártaro

PREPARAÇÃO

· Pré aqueça o forno a 120ºC.

· Com o copo bem limpo coloque o açúcar e pulverize **15 Seg/ Vel 9**. Reserve.

· Coloque a "borboleta", as claras, o sal, o cremor de tártaro e programe **5 Min/ Vel 3 ½**. Sem o copo de medida.

· Com a Bimby em funcionamento na **Vel 3**, incorpore pelo bocal da tampa, uma a duas colheres de cada vez, do açúcar reservado.

· Num tabuleiro de forno forrado com papel vegetal faça pequenos montes com a ajuda do saco de pasteleiro.

· Leve os suspiros ao forno durante 1 hora. Depois reduza a temperatura para 60ºC durante mais 1 hora. Desligue o forno, e sem abrir, deixe arrefecer por completo.

aprox.
20 Suspiros

6
Min

DIFICULDADE:
FÁCIL



• Bata as claras em castelo.



• Deite para um saco de pasteleiro.



• Sobre uma folha de papel vegetal faça os suspiros.



• Leve ao forno.



Sobremesas

2. Aletria

8 PAX
29 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

150 g aletria
1350 g leite gordo
200 g açúcar
Casca de 1 limão, só a parte amarela
Casca de 1 laranja, só a parte laranja
1 pau de canela
4 gemas de ovo
1 c. sopa de amido de milho
Canela em pó p/ polvilhar

PREPARAÇÃO

· Pese a aletria e reserve.

· Reserve um copo de medida de leite.

· Coloque a "borboleta", o leite restante, o açúcar, as cascas dos citrinos, o pau de canela e programe **10 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Quando terminar, programe **15 Min/ 90º/ Vel 4**, parta um pouco a aletria e vá incorporando através do bocal da tampa.

· Bata as gemas numa tigela junto com o leite reservado, o amido de milho e reserve.

· Programe **4 Min/ 90º/ Vel 4** e vá incorporando as gemas, através do bocal da tampa. Deite o preparado numa travessa, retire as cascas, o pau de canela e deixe arrefecer. Polvilhe com canela em pó.

3. Pastéis de nata

aprox. 12 Un
18 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES P/ O RECHEIO

250 g leite
250 g natas
180 g açúcar
50 g farinha
5 gemas de ovo
1 pau de canela
Casca de 1 limão, só a parte amarela

INGREDIENTES

500 g massa folhada
1 ovo p/ pincelar

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes do recheio, excepto a casca do limão e o pau de canela e misture **10 Seg/ Vel 4**.

· Coloque a "borboleta", junte a casca de limão, o pau de canela e programe **18 Min/ 90º/ Vel 1 ½**.

· Entretanto, estenda a massa folhada e forre formas pequenas previamente untadas.

· Pré-aqueça o forno a 200º C.

· Retire a casca do limão, o pau de canela e deite o preparado nas formas sem chegar aos bordos.

· Pincele o rebordo da massa com o ovo batido para que ganhe cor. Coloque no forno cerca de 20 minutos.

· Comprove se estão bem cozidos espetando um palito que deverá sair seco.

4. Arroz doce

aprox. 9 Un
50 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1000 g leite
160 g arroz carolino
1 casca de limão, só a parte amarela
1 pau de canela
1 pitada de sal
160 g açúcar
4 gemas de ovo
Canela q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes excepto o açúcar e as gemas.

Programe **15 Min/ 90º/ Vel 4**, retire a tampa e envolva com a espátula. De seguida programe **25 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Quando terminar, junte o açúcar, as gemas previamente desfeitas num pouco de arroz doce, envolva com a ajuda da espátula.

Programe **10 Min/ 90º/ Vel 1½**.

· Deite num recipiente grande ou em taças pequenas. Quando estiver frio polvilhe com canela em pó.

5. Bavaroise de baunilha e creme de caramelo com café

8 PAX
10 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

3 folhas grandes de gelatina
200 g açúcar
100 g leite
3 gemas de ovo
200 g de natas de longa duração
1 vagem de baunilha
400 g de natas frescas, bem frias

INGREDIENTES P/ O CREME DE CARAMELO COM CAFÉ

150 g açúcar
50 g café
200 g natas de longa duração

PREPARAÇÃO

· Coloque a gelatina num pouco de água para hidratar. Reserve.

· Coloque no copo o açúcar, o leite, as gemas, as natas de longa duração, a vagem de baunilha e programe **8 Min/ 90º/ Vel 1**. Com a Bimby em funcionamento, alguns segundos na **Vel 3**, deite através do bocal da tampa a gelatina previamente escorrida. Reserve.

· Passe o copo por água fria, coloque a "borboleta", as natas frescas e programe **2,30 Min/ Vel 3½**, tendo atenção para que não passem a manteiga.

· Junte as natas ao preparado reservado, envolvendo delicadamente, coloque numa forma de coroa ou de bolo inglês e leve ao frigorífico.

· Entretanto faça o creme de caramelo, derreta o açúcar numa frigideira e adicione cuidadosamente (para que não salpique) o café e de seguida as natas.

· Desenforme a bavaroise e sirva com o creme.





Dica

Pode fazer um grande em vez de pequenos.



Dica

Pode substituir a vagem de baunilha por ½ colher de chá de essência de baunilha.



6. Cheesecake de mirtilios

8 a 10 PAX
7 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

100 g açúcar
220 g bolachas "Digesta" (bolacha integral)
50 g flocos de aveia
20 g açúcar amarelo
60 g manteiga
400 g queijo de barrar
200 g queijo mascarpone
200 g creme fraîche (natas espessas)
4 ovos grandes
10 g farinha

INGREDIENTES P/ A COBERTURA

100 g doce de frutos silvestres
50 g vinho do Porto
250 g mirtilos silvestres descongelados

PREPARAÇÃO

· Unte uma forma grande de bolo inglês com manteiga e forre com papel vegetal.

· Coloque no copo o açúcar e pulverize **15 Seg/ Vel 9**. Retire e reserve.

· Coloque no copo as bolachas, os flocos de aveia, o açúcar amarelo e programe **10 Seg/ Vel 5**. Adicione a manteiga e programe **3 Min/ 60º/ Vel 2**.

· Coloque a massa na forma e calque bem com as mãos. Leve ao congelador cerca de 30 minutos.

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Sem lavar o copo, coloque o açúcar pulverizado reservado e os restantes ingredientes. Programe **1 Min/ Vel 4**. Deite o preparado sobre a massa e leve ao forno cerca de 45 minutos.

· Quanto terminar, deixe repousar o cheesecake dentro do forno com a porta fechada durante 30 minutos.

· Retire e deixe arrefecer.

· Retire o cheesecake da forma, coloque num prato de servir.

PREPARAÇÃO DA COBERTURA

· Com o copo limpo, coloque o doce, o vinho do Porto e programe **3 Min/ 60º/ Vel 1**.

· Deite este preparado sobre o cheesecake, os mirtilos e leve ao frigorífico durante 3 horas.

7. Toucinho-do-céu

6 PAX
75 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g miolo de amêndoa s/ pele
1250 g água
500 g açúcar
11 gemas de ovo
1 ovo inteiro
Caramelo líquido p/ a forma

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo as amêndoas e pique **20 Seg/ Vel 7**. Reserve.

· Sem lavar o copo, prepare a calda com 250 g de água, o açúcar e programe **15 Min / Varoma / Vel 2**. Deixe arrefecer um pouco retirando o copo da base.

· Coloque a "borboleta", programe na **Vel 2** e vá incorporando as gemas e o ovo inteiro através do bocal da tampa.

· Retire a "borboleta", adicione a amêndoa reservada e envolva com a ajuda da espátula.

· Barre o fundo e as laterais de uma forma de alumínio rectangular tipo bolo inglês com o caramelo líquido e coloque-a na Varoma. Deite o preparado na forma, e tape com papel vegetal e sobre este, coloque papel de cozinha para que ensope a água do vapor. Reserve.

· Deite no copo a água restante, a Varoma e programe **60 Min/ Varoma/ Vel 2**.

· Quando terminar, verifique se o toucinho-do-céu está cozido, espetando com um palito. Se não estiver programe mais uns minutos à mesma temperatura e velocidade.

· Deixe arrefecer antes de desenformar.

8. Tiramisú

6 PAX
8 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

3 folhas grandes de gelatina
6 gemas de ovo
200 g natas
150 g açúcar
500 g queijo mascarpone
200 g café pronto
50 g licor ou rum
24 palitos de la reine
Cacau em pó p/ decorar

PREPARAÇÃO

· Coloque as folhas de gelatina em água fria. Reserve.

· Coloque a "borboleta", coloque no copo as gemas, as natas, o açúcar, e programe **5 Min/ 90º/ Vel 1 ½**.

· Quando terminar, programe mais **2 Min/ Vel 1 ½**.

· Incorpore as folhas de gelatina bem escorridas e misture **30 Seg/ Vel 1 ½**. Retire o copo da base para que arrefeça.

· Uma vez frio, misture **10 Seg/ Vel 1 ½**.

· Junte o queijo e programe **20 Seg/ Vel 2 ½**.

· Prepare uma forma forrada com película aderente e deite metade da mistura. Coloque no frigorífico.

· Entretanto coloque num recipiente o café, o licor escolhido e embeba os palitos, tendo o cuidado para que não fiquem demasiado ensopados.

· Coloque sobre a mistura reservada no frigorífico uma camada de palitos, por cima destes a restante mistura do copo e cubra novamente com palitos. Tape com película aderente e coloque de novo no frigorífico pelo menos 2 horas.

· Desenforme, retire a película aderente e polvilhe com cacau. Se desejar mais decorado, cubra com aparas de chocolate branco. Mantenha-o no frigorífico até ao momento de servir.

9. Tarte de maracujá c/ chocolate

8 PAX
11 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES P/ A BASE

100 g chocolate p/ culinária
200 g bolacha Maria
150 g margarina

INGREDIENTES P/ O RECHEIO

3 folhas grandes de gelatina
1 lata de leite condensado
200 g natas
300 g sumo concentrado de maracujá

INGREDIENTES P/ MARMOREAR

100 g natas
100 g chocolate p/ culinária

PREPARAÇÃO DA BASE

· Pré-aqueça o forno a 180º C.
· Coloque o chocolate no copo e pulverize **8 Seg/ Vel 9**.
· Junte a bolacha Maria e programe **10 Seg/ Vel 6**.
· Adicione a margarina e programe **15 Seg/ Vel 4**.
· Com este preparado forre uma tarteira de fundo removível, com um garfo pique para que não empole e leve ao forno cerca de 10 minutos. No fim, retire e deixe arrefecer.

PREPARAÇÃO DO RECHEIO

· Coloque as folhas de gelatina de molho em 3 c. sopa de água fria.
· Coloque no copo o leite condensado, as natas e programe **2 Min/ Vel 3**.
· Junte o sumo de maracujá e programe **3 Min/ Vel 3**.
· Adicione as folhas de gelatina depois de derretida por alguns segundos no microondas e programe **30 Seg/ Vel 2**. Reserve.

PARA MARMOREAR

· Com o copo limpo, coloque as natas e programe **3 Min/ 90º/ Vel 2**.
· Adicione o chocolate aos pedaços pelo bocal da tampa e programe **2 Min/ 50º/ Vel 4**.
· Recheie a massa, colocando ao mesmo tempo a mousse de maracujá e o chocolate para dar um efeito marmorizado.
· Leve ao frigorífico antes de servir.

Dica

Pode fazer de véspera e deixar o cheesecake no frigorífico até à hora de servir.



6



8



7



9

10. Quindins

aprox. 12 Un
1 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

8 gemas de ovo
200 g açúcar
50 g manteiga
100 g leite
1 pitada de sal
100 g coco ralado
Manteiga e açúcar q.b. p/ as formas

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180ºC.

· Coloque no copo as gemas, o açúcar, a manteiga, o leite, o sal e programe **1 Min/ 37º/ Vel 4**.

· Junte o coco ralado e misture **15 Seg/ Vel 2**.

· Unte formas pequenas com manteiga e polvilhe com açúcar, deite o preparado sem encher totalmente.

· Leve ao forno em banho-maria cerca de 20 minutos.

11. Maçapão

aprox. 500 g
2 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

250 g açúcar
250 g amêndoa pelada
1 clara de ovo

PREPARAÇÃO

· Pulverize o açúcar **20 Seg/ Vel 9**.

· Junte as amêndoas e triture-as **1 Min/ Vel 7**.

· Incorpore a clara de ovo e programe **35 Seg/ Vel 6**.

12. Mousse de limão

6 PAX
2 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

½ pacote de bolacha Maria
1 lata de leite condensado
1 lata de leite evaporado
120 g sumo de limão natural

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a bolacha e triture **10 Seg/ Vel 9**. Retire e reserve.

· Coloque a "borboleta", o leite condensado, o leite evaporado e bata **1 Min/ Vel 3**.

· De seguida adicione o sumo de limão e bata mais **30 Seg/ Vel 3**.

· Deite numa taça intercalando com a bolacha Maria fazendo 3 camadas. Leve ao frigorífico durante 1 hora.

13. Brigadeiros

aprox. 25 Un pequenas
28 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 lata leite condensado
50 g chocolate em pó
20 g manteiga
Granulado de chocolate q.b. p/ decorar
Formas de papel pequenas p/ doces

PREPARAÇÃO

· Coloque todos os ingredientes, excepto o granulado no copo, e programe **28 Min/ 100º/ Vel 4**. Substitua o copo de medida pelo cesto para evitar salpicos.

· Retire de imediato para um recipiente untado com manteiga e deixe arrefecer.

· Unte as mãos com manteiga e faça bolas, envolva no granulado de chocolate e coloque em formas de papel.

14. Azevias de grão

aprox. 15 Un
18 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES P/ A MASSA

40 g manteiga
20 g de azeite
100 g água
280 g farinha
1 pitada de sal

INGREDIENTES P/ O RECHEIO

70 g amêndoa
1 lata pequena de grão de bico
120 g água
400 g açúcar
1 pitada de sal
6 gemas
1 c. chá de canela
Raspa de 2 limões
Óleo p/ fritar q.b.
Açúcar e canela q.b. p/ envolver

PREPARAÇÃO DA MASSA

· Coloque no copo a manteiga, o azeite e programe **2 Min/ 100º/ Vel 2**, junte a água, a farinha, o sal e misture **20 Seg/ Vel 6**. Retire e deixe descansar 2 horas.

PREPARAÇÃO DO RECHEIO

· Coloque no copo as amêndoas e triture **5 Seg/ Vel 5**. Reserve.

· Triture o grão **1 Min/ Vel 9**. Reserve.

· Coloque no copo a água, o açúcar e programe **10 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Junte as amêndoas, o grão reservado, o sal e programe **20 Seg/ Vel 5**. Retire o copo da base e deixe arrefecer.

· Adicione as gemas batidas, a canela, a raspa dos limões e programe **5 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Numa superfície polvilhada com farinha, estenda a massa com a ajuda de um rolo e recheie com o creme de grão.

· Frite em óleo quente, envolva-as com açúcar e canela.

Notas



10



Dica

Para bons resultados, utilize leite condensado de marca tradicional.

13



Dica

Se desejar colorir, basta colocar algumas gotas de corante alimentar e programar alguns segundos na Vel 6.

11



14

15. Sonhos

aprox. 30 Un
7 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

170 g farinha
250 g água
50 g manteiga
1 c. sopa de banha
1 pitada de sal
1 c. chá de açúcar
1 c. chá de fermento em pó p/ bolos
4 ovos grandes
Óleo p/ fritar q.b.
Açúcar e canela q.b.

PREPARAÇÃO

· Pese a farinha e reserve.

· Coloque no copo a água, a manteiga, a banha, o sal, o açúcar e programe **7 Min/ 100º/ Vel 1**, adicione a farinha de uma só vez e programe **15 Seg/ Vel 4**, deixe arrefecer, tirando o copo da base.

· Bata os ovos com um garfo, programe **15 Seg/ Vel 4** e vá adicionando os ovos através do bocal da tampa.

· Deixe repousar a massa durante uns minutos. Em seguida coloque colheres pequenas de massa em óleo abundante, em lume brando, até que os sonhos fiquem dourados.

· Envolva-os em açúcar e canela a gosto.

16. Ovos moles

6 PAX
25 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

140 g água
250 g açúcar
8 gemas de ovo
Amêndoa granulada q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a água, o açúcar e programe **20 Min/ Varoma/ Vel 1**. Retire o copo da base para que arrefeça mais rápido.

· Deixe arrefecer a calda até aos **60ºC**, coloque as gemas numa taça e, em fio fino, deite um pouco sobre as gemas e misture bem.

· Coloque a "borboleta" e programe **5 Min/ 100º/ Vel 1**. Com a máquina em funcionamento, junte as gemas em fio através do bocal da tampa e deixe acabar o tempo. Retire rapidamente do copo para taças individuais e polvilhe com amêndoa granulada ou canela em pó.

17. Lemon curd

1 Frasco grande
8 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

160 g açúcar
2 limões
60 g manteiga
2 ovos

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o açúcar e pulverize **20 Seg/ Vel 9**.

· Junte as cascas de limão, só a parte amarela e rale **15 Seg/ Vel 9**.

· Adicione a manteiga, o sumo dos limões e programe **1 Min/ Vel 2**.

· Junte os ovos e misture **10 Seg/ Vel 4**.

· De seguida programe **7 Min/ 80º/ Vel 2**. Retire e reserve em frascos esterilizados, no frigorífico.

18. Leite creme

8 PAX
13 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1000 g leite
6 gemas de ovo
200 g açúcar
40 g maizena ou 60 g farinha
Casca de 1 limão, só a parte amarela
1 Pau de canela
Açúcar mascavado p/ polvilhar

PREPARAÇÃO

· Junte todos os ingredientes pela ordem indicada excepto a casca de limão e o pau de canela, programe **15 Seg/ Vel 3 ½**.

· Adicione os restantes ingredientes e programe **12 Min/ 90º/ Vel 2**. Retire a casca do limão, o pau de canela e deite de imediato para uma travessa.

· Deixe arrefecer antes de servir, polvilhe com bastante açúcar mascavado e queime a superfície com um ferro quente.

19. Tarteletes de lemon curd

aprox. 20 Un
9 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES P/ O LEMON CURD

1 receita de lemon curd feito na Bimby

INGREDIENTES P/ A MASSA SABLÉ

100 g açúcar
300 g farinha
150 g manteiga
1 pitada de sal
2 gemas de ovo
20 g leite

PREPARAÇÃO

· Faça o lemon curd conforme a receita desta página. Reserve.

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Coloque no copo limpo e seco o açúcar e pulverize **15 Seg/ Vel 9**.

· Adicione os ingredientes restantes e programe **15 Seg/ Vel 5**.

· Forre formas pequenas com a massa e leve ao forno cerca de 15 minutos. Deixe arrefecer.

· Desenforme as tarteletes e recheie com o lemon curd.

Nota: O lemon curd pode ser feito de véspera. Guarde-o num frasco esterelizado no frigorífico.

20. Calda de açúcar

5 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g açúcar
50 g água
1 a 2 cascas de limão, só a parte amarela
1 pau de canela

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **5 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Esta calda serve para acompanhar rabanadas e sonhos.



Dica
Quando fritar, coloque poucas quantidades para que o sonho possa crescer e dourar por igual. Pode acompanhar com calda de açúcar.

15



Dica
Se desejar pode acrescentar aos ingredientes uma vagem de baunilha. Pode reduzir o açúcar para 180 g.

18



16

Dica
A massa que sobra pode ser congelada num saco de plástico para utilizar outra vez.



19

21. Cheesecake (light)

8 PAX
4 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

5 folhas grandes de gelatina
5 c. sopa de água
150 g açúcar
150 g corn flakes
80 g manteiga amolecida
3 iogurtes naturais
500 g queijo fresco ou requeijão
Gotas de limão q.b.
Compota de morango ou frutos silvestres

PREPARAÇÃO

· Demolhe a gelatina na água e reserve.

· Coloque no copo o açúcar e pulverize **15 Seg/ Vel 9**. Reserve.

· Coloque os corn flakes e triture **20 Seg/ Vel 4**.

· Junte a manteiga e programe **20 Seg/ Vel 4**. Retire. Forre o fundo de uma forma de aro removível de 22 cm de diâmetro.

· Coloque no copo 1 iogurte e programe **2 Min/ 70º/ Vel 2 ½**.

· Adicione a gelatina escorrida e programe **12 Seg/ Vel 3**.

· Junte os iogurtes restantes, o queijo, o limão, o açúcar reservado e programe **25 Seg/ Vel 4**.

· Deite o preparado sobre a base e leve ao frigorífico cerca de 3 horas.

· Desenforme e decore com a compota de morango ou frutos silvestres.

22. Marquise de chocolate

8 PAX
10 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

150 g açúcar
6 ovos
1 pitada de sal
250 g chocolate p/ culinária
200 g manteiga s/ sal
5 c. sopa de Whisky ou Rum
Chocolate em pó p/ decorar

PREPARAÇÃO

· Pese o açúcar e reserve.

· Coloque a "borboleta", as claras, o sal e programe **6 Min/ Vel 3**, nos **20 Seg** finais coloque através do bocal da tampa 3 c. sopa do açúcar reservado. Retire e reserve.

· Retire a "borboleta", coloque no copo o chocolate em pedaços e programe **20 Seg/ Vel 7**.

· Adicione a manteiga, o açúcar reservado, as gemas, o whisky e programe **4 Min/ 50º/ Vel 4**.

· Junte as claras reservadas e envolva com a ajuda da espátula. Deite numa forma, alise a superfície e coloque no congelador, cerca de 2 horas.

· Retire 30 minutos antes de servir e polvilhe com o chocolate em pó.

23. Creme Inglês

6 PAX
6 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

500 g leite
2 ovos médios
50 g açúcar
1 c. sopa de açúcar baunilhado
15 g de amido de milho

PREPARAÇÃO

· Coloque todos os ingredientes no copo e programe **6 Min/ 90º/ Vel 4**.

· Retire de imediato para taças e deixe arrefecer. Leve ao frigorífico.

Dica: Use este creme para farófias, sobre salada de frutas, etc.

24. Apple crumble

6 PAX
40 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

200 g farinha
100 g manteiga amolecida
100 g açúcar
6 a 8 maçãs descascadas
Sumo de 1 limão

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Coloque no copo a farinha, a manteiga, o açúcar e programe **30 Seg/ Vel 4**. Retire e reserve.

· Corte as maçãs em quartos, passe-as por limão para que não escureçam, deite-as no copo e pique **10 Seg/ Vel 5**.

· Deite o puré num pyrex, polvilhe com açúcar e cubra com a massa reservada, sem amassar nem calcar. Deverá ficar com aspecto de migalhas. Leve ao forno até estar dourado.

Dica: Sirva quente com uma bola de gelado, ou frio com creme inglês quente. Opcionalmente sirva com chantilly.

25. Molotoff

8 PAX
25 Min
DIFICULDADE: DIFÍCIL

INGREDIENTES

100 g açúcar
8 claras de ovo
1 pitada de sal
Umas gotas de limão
150 g açúcar p/ o caramelo líquido

INGREDIENTES P/ O CREME DE OVOS

8 gemas de ovo
250 g leite
100 g açúcar

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo 100 g açúcar e pulverize **15 Seg/ Vel 9**. Retire e reserve.

· Coloque a "borboleta", as claras, o sal, as gotas de limão e programe **8 Min/ Vel 3 ½**.

· Programe **7 Min/ Vel 3 ½** e deite o açúcar reservado através do bocal da tampa.

· Entretanto faça o caramelo, coloque 150 g de açúcar numa frigideira com uns pingos de sumo de limão. Quando já tiver derretido, para que não endureça deite-lhe 3 c. sopa de água e mexa (tenha cuidado com os salpicos de açúcar a ferver quando deitar a água).

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Programe **1 Min/ Vel 3 ½** e vá deitando lentamente o caramelo líquido através do bocal da tampa.

· Deite a mistura numa forma de coroa, bem untada com margarina e leve ao forno cerca de 7 minutos.

· Desligue o forno, não abra a porta, deixe o molotoff arrefecer totalmente dentro do forno.

· Com o copo limpo coloque a "borboleta", deite os ingredientes para o creme e programe **9 Min/ 80º/ Vel 1 ½**. Retire para uma taça e deixe arrefecer.

· Para desenformar, aqueça ligeiramente o fundo da forma. Coloque num prato fundo e cubra com o creme.

26. Mousse de chocolate

8 PAX
11 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g açúcar
6 ovos
Umas gotas de sumo de limão
1 pitada de sal
200 g leite
150 g manteiga
300 g chocolate p/ culinária

PREPARAÇÃO

· Pese o açúcar e reserve.

· Coloque a "borboleta", as claras com as gotas de limão, o sal e programe **6 Min / Vel 3 ½**, nos **30 Seg** finais adicione através do bocal da tampa, 3 c. sopa do açúcar reservado. Retire a "borboleta", deite as claras para uma taça e reserve.

· Sem lavar o copo deite as gemas, o leite, a manteiga, o açúcar restante e programe **5 Min/ 80º/ Vel 4**.

· Adicione o chocolate partido, deixe que amacie e triture **15 Seg/ Vel 6**.

· Misture as claras com o creme de chocolate, envolva delicadamente e deite a mousse numa taça. Leve ao frigorífico.

Nota: Deve fazer a mousse de véspera para que fique com uma consistência mais sólida.

Dica: Decore com raspas de chocolate ou chantilly.

27. Pudim flan

8 PAX
50 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

150 g açúcar p/ o caramelo líquido
Umas gotas de sumo de limão
4 ovos
120 g açúcar
500 g leite
1 c. sopa de licor (cointreau, anis, etc.)
ou açúcar baunilhado (opcional)

PREPARAÇÃO

· Comece por fazer o caramelo, coloque o açúcar numa frigideira com uns pingos de sumo de limão. Quando já tiver derretido, para que não endureça deite-lhe 3 c. sopa de água e mexa (tenha cuidado com os salpicos de açúcar a ferver quando deitar a água).

· Barre com o caramelo uma forma de alumínio com capacidade para 1 litro. Reserve.

· Coloque no copo os ingredientes restantes e bata **10 Seg/ Vel 4**.

· Deite este preparado na forma e cubra com papel de alumínio, coloque-a na Varoma. Reserve.

· Coloque no copo limpo 1000 g de água, a Varoma e programe **50 Min/ Varoma/ Vel 2**.

28. Recheio para torta

6 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

60 g de açúcar
Casca de ½ limão (só a parte amarela)
200 g leite
40 g farinha
2 gemas de ovo

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o açúcar, a casca de limão e pulverize **20 Seg/ Vel 9**.
· Adicione os ingredientes restantes e programe **6 Min/ 90º / Vel 4**.

29. Chantilly

2 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

400 g natas frescas, bem frias

PREPARAÇÃO

· Coloque a "borboleta", as natas e programe **2 Min / Vel 3 ½**. Tem que estar com atenção para que não passem a manteiga.

Nota: Para montar as natas é necessário que tenham no mínimo 35% de gordura. Este tempo é referencial, podendo o chantilly levar mais ou menos tempo, dependendo da temperatura e qualidade das natas. Em qualquer circunstância as natas para montar têm de estar na parte mais fria do frigorífico, caso contrario não montam.

30. Creme de avelã e chocolate

aprox. 450 g
4 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

90 g açúcar
130 g avelã
60 g chocolate p/ culinária
70 g margarina
100 g leite

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o açúcar e pulverize **10 Seg/ Vel 9**.

· Adicione a avelã e programe **20 Seg/ Vel 9**.

· Junte o chocolate e rale **20 Seg/ Vel 9**.

· Adicione os ingredientes restantes e programe **3 Min/ 50º/ Vel 2**. No fim programe **5 Seg/ Vel 9** para misturar bem.

· Coloque o creme num frasco previamente esterilizado e guarde-o no frigorífico.

31. Cobertura de chocolate

5 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

2 ovos grandes
120 g açúcar
120 g manteiga
120 g chocolate p/ culinária

PREPARAÇÃO

· Coloque todos os ingredientes no copo, excepto o chocolate e programe **5 Min/ 70º/ Vel 4**.

· Adicione o chocolate em pedaços, espere que amacie e bata **15 Seg/ Vel 6**.

· Deite em cima do bolo já arrefecido, e obterá uma cobertura lisa e brilhante.

Notas

Bolos

32. Bolo Rei

Aprox. 1200 g

5 Min

DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

450 g farinha c/ fermento
70 g açúcar
Casca de 1 laranja e de 1 limão, só a parte amarela
130 g leite
70 g manteiga
3 gemas de ovo
25 g fermento de padeiro fresco
20 g sumo de laranja
40 g vinho do Porto
1 pitada de sal
350 g frutas cristalizadas ou frutos secos
1 gema p/ pincelar

PREPARAÇÃO

· Pese a farinha e reserve.

· Com o copo bem seco coloque o açúcar, a casca dos citrinos e pulverize **15 Seg/ Vel 9**.

· Adicione o leite, a manteiga e programe **30 Seg/ 37º/ Vel 6** e a seguir **30 Seg/ Vel 9**.

· Junte as gemas, o fermento, o sumo de laranja, o vinho, e misture uns segundos na **Vel 3**.

· Com a Bimby em funcionamento na **Vel 3** deite a farinha a pouco e pouco através do bocal da tampa e no fim a pitada de sal.

· De seguida programe **3 Min/ Vel** . Verifique se forma uma bola que não fique agarrada às paredes do copo. Se não for o caso, pare a Bimby, polvilhe as paredes do copo com um pouco de farinha e volte a amassar uns segundos na mesma velocidade.

· Deixe repousar a massa dentro do copo até esta levantar o copo de medida. Logo que isto aconteça, pressione a massa com as mãos para que o volume baixe e programe **1 Min/ Vel** .

· Programe **30 Seg/ Vel** , junte 250 g de fruta cristalizada através do bocal da tampa.

· Retire a massa do copo. Amasse com as mãos até formar uma bola lisa, polvilhando a mesma com farinha. Dê-lhe a forma de uma rosca e coloque-a num tabuleiro previamente untado com manteiga e polvilhado com farinha.

· Pincele a massa com gema de ovo e decore a seu gosto com as restantes frutas cristalizadas ou frutos secos. Pode também fazer pequenos montes de açúcar humidificado. Deixe que a massa dobre o volume e a seguir coloque no forno pré-aquecido a 180º C cerca de 20 minutos.

33. Brownies

6 PAX

5 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

150 g nozes
150 g chocolate p/ culinária
100 g manteiga temperatura ambiente
150 g açúcar
2 ovos
70 g farinha
1 c. chá fermento em pó p/ bolos
1 pitada de sal

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Coloque no copo as nozes e programe **4 Seg/ Vel 4**. Retire e reserve.

· Coloque o chocolate partido no copo, dê **5 golpes de Turbo**. Programe **6 Seg/ Vel 9**. Retire e reserve.

· Coloque a "borboleta", a manteiga, o açúcar, os ovos e programe **5 Min/ 37º / Vel 3**.

· Junte o chocolate reservado, a farinha, o fermento, o sal e misture **6 Seg/ Vel 3**.

· Retire a "borboleta", junte as nozes reservadas e misture bem com a ajuda da espátula, até que a mistura esteja toda homogénea.

· Unte uma forma rectangular com manteiga, polvilhe com farinha, deite a mistura e leve ao forno cerca de 20 minutos, ou até que o palito saia limpo.

· Desenforme e corte ainda quente em quadrados. Quando arrefecer polvilhe com açúcar em pó.

34. Bolo mármore

8 PAX

2 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g manteiga amolecida
250 g açúcar
1 c. sopa de açúcar baunilhado
4 ovos
120 g leite
300 g farinha
1 c. chá de fermento em pó p/ bolos
1 c. sopa de chocolate em pó

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Deite no copo, a manteiga, o açúcar, o açúcar baunilhado, os ovos, o leite e programe **1 Min/ Vel 6**.

· Junte a farinha, o fermento e envolva **15 Seg/ Vel 3**.

· Deite metade da massa numa forma previamente untada e enfarinhada.

· Junte o chocolate à restante massa e envolva **15 Seg/ Vel 3**.

· Deite na forma, passe com a espátula de maneira a fazer movimentos em espiral para obter um efeito de mármore. Leve ao forno cerca de 40 minutos.

35. Bolo Inglês

8 PAX

2 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

200 g frutas cristalizadas ou frutos secos
150 g açúcar
4 ovos
130 g manteiga
330 g farinha
1 c. sopa de fermento em pó p/ bolos
1 pitada de sal

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 200º C.

· Reserve 50 g de frutas cristalizadas inteiras.

· Coloque no copo 150 g de frutas e pique **5 Seg/ Vel 3½**, retire e passe-as por um pouco de farinha. Reserve.

· Coloque no copo o açúcar, os ovos e programe **2 Min/ 37º/ Vel 5**.

· Adicione a manteiga e misture **10 Seg/ Vel 5**.

· Junte a farinha, o fermento, o sal e programe **15 Seg/ Vel 3**. Incorpore os frutos reservados e envolva com a ajuda da espátula.

· Unte com manteiga e polvilhe com farinha uma forma de bolo inglês e deite o preparado de modo que fique pela metade da forma. Polvilhe com os frutos restantes e leve ao forno cerca de 45 minutos.

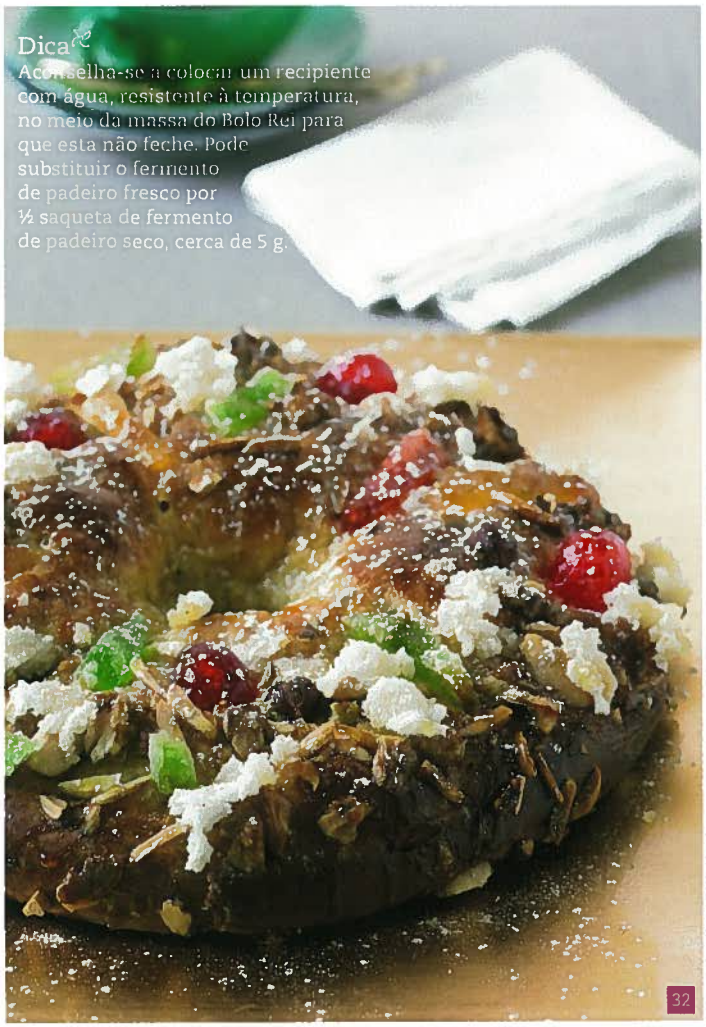
· Após 30 minutos de cozedura cubra o bolo com papel de cozinha para que não queime as frutas.

Nota: Se utilizar as frutas cristalizadas e frutos secos, deverá picá-los ao mesmo tempo.

Notas

Dica

Aconselha-se a colocar um recipiente com água, resistente à temperatura, no meio da massa do Bolo Rei para que esta não feche. Pode substituir o fermento de padeiro fresco por ½ saqueta de fermento de padeiro seco, cerca de 5 g.



32



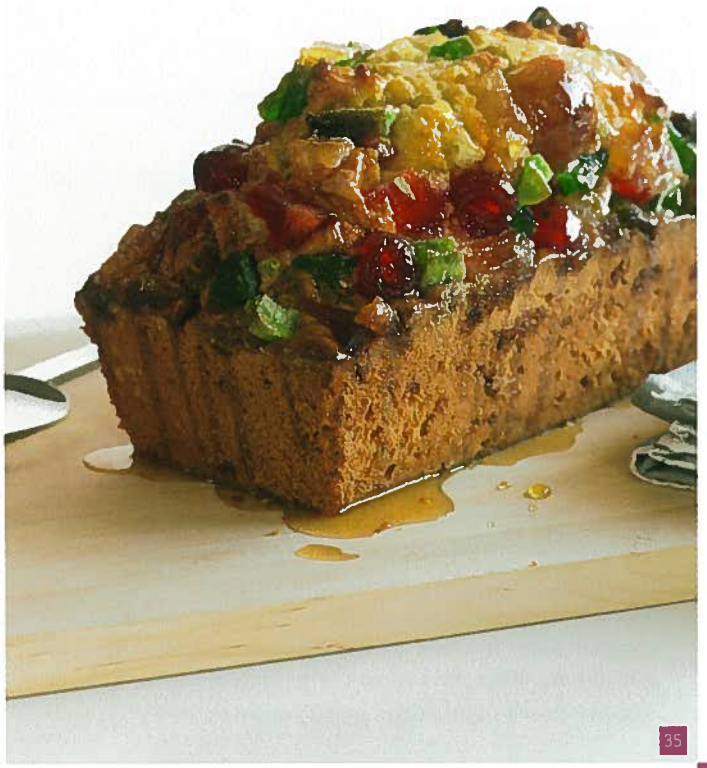
34

Dica

Quando tirar o bolo do forno e ainda quente pincele a superfície com mel.



33



35

36. Bolo Algarvio

8 PAX
10 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

250 g miolo de amêndoa
200 g açúcar
5 ovos
Margarina q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo a amêndoa e pulverize **20 Seg/ Vel 9**. Reserve.

· Coloque a "borboleta", o açúcar, os ovos e programe **5 Min/ 37º/ Vel 3**.

· Pré-aqueça o forno a 150ºC.

· De seguida programe **5 Min/ Vel 3** e nos **30 Seg** finais junte a amêndoa reservada pelo bocal da tampa.

· Deite numa forma de coroa untada com margarina e polvilhada com farinha, leve ao forno cerca de 30 minutos.

37. Bolo de chocolate com piripiri

12 PAX
11 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES P/ O RECHEIO

250 g açúcar
1 casca de laranja, só a parte laranja
60 g manteiga
1 pitada de piripiri moído
Sumo de ½ laranja

INGREDIENTES P/ A COBERTURA

1 ovo grande
60 g açúcar
60 g manteiga
Sumo de ½ laranja
4 gotas de tabasco
60 g chocolate p/ culinária

INGREDIENTES P/ O BOLO

300 g açúcar
250 g manteiga
5 ovos grandes
60 g leite
1 c. chá de tabasco
400 g farinha
2 c. chá de fermento em pó p/ bolos
180 g chocolate em pó

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Pulverize o açúcar para o bolo programando **15 Seg/ Vel 9**. Reserve.

PREPARAÇÃO DO RECHEIO

· Coloque no copo o açúcar, a casca de laranja e rale **15 Seg/ Vel 9**. Adicione a manteiga, o piripiri e programe **15 Seg/ Vel 6**.

· Junte o sumo de laranja, vigiando para que não perca a consistência de creme e reserve no frigorífico.

PREPARAÇÃO DO BOLO

· Sem lavar o copo coloque o açúcar pulverizado reservado, a manteiga, os ovos e programe **5 Min/ 50º/ Vel 4**. Junte o leite, o tabasco, a farinha, o fermento, o chocolate em pó e programe **10 Seg/ Vel 6**.

· Deite o preparado numa forma de 20 cm, previamente untada e enfarinhada, leve ao forno cerca de 20-25 minutos. O bolo deve ficar mal cozido no centro. Deixe arrefecer por completo.

· Corte o bolo ao meio e espalhe o recheio sobre uma das metades do bolo.

PREPARAÇÃO DA COBERTURA

· Sem lavar o copo coloque todos os ingredientes excepto o chocolate e programe **5 Min/ 70º/ Vel 4**. Adicione o chocolate em pedaços, espere que se funda e bata **15 Seg/ Vel 6**. Reserve no frigorífico cerca de 30 minutos.

· Espalhe a cobertura sobre o bolo e decore com uma malagueta.

38. Bolo de noz

8 PAX
14 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

250 g miolo de noz
7 ovos grandes
250 g açúcar

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo as nozes e triture **20 Seg/ Vel 7**. Reserve.

· Coloque a "borboleta", os ovos, o açúcar e programe **7 Min/ 37º/ Vel 3**.

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Programe **7 Min/ Vel 3** e nos **30 Seg** finais adicione as nozes reservadas através do bocal da tampa.

· Deite o preparado numa forma untada e leve ao forno cerca de 30 minutos.

39. Bolo de cenoura com chocolate

8 PAX
8 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES P/ O BOLO

250 g cenoura
4 ovos
110 g óleo
320 g açúcar
220 g farinha
1 c. sopa de fermento em pó p/ bolos

INGREDIENTES P/ A COBERTURA

40 g margarina
70 g açúcar
40 g chocolate em pó
40 g leite

PREPARAÇÃO DO BOLO

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Coloque no copo a cenoura e rale **15 Seg/ Vel 9**.

· Adicione os ovos, o óleo, o açúcar e programe **1 Min/ Vel 6**.

· Junte a farinha, o fermento e envolva **15 Seg/ Vel 3**.

· Numa forma de coroa previamente untada com margarina e polvilhada com farinha, deite o preparado e leve ao forno cerca de 40 minutos. Retire do forno e espere que o bolo arrefeça.

PREPARAÇÃO DA COBERTURA

· Coloque todos os ingredientes no copo e programe **8 Min/ Varoma/ Vel 2**. Cubra o bolo com o preparado de chocolate.

Notas


Dica
Enfeite com fios de ovos, amêndoas ou ovos moles.
36


38


37


39

40. Picado de abelha

8 PAX
3 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES P/ A MASSA

130 g requeijão ou queijo quark
50 g leite
1 ovo
2 c. chá de fermento em pó p/ bolos
50 g manteiga ou óleo
100 g açúcar
300 g farinha

INGREDIENTES P/ A COBERTURA

50 g açúcar
1 c. chá de açúcar baunilhado
100 g manteiga
2 c. sopa de doce de alperce
200 g amêndoa laminada

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180° C.

· Coloque todos os ingredientes para a massa no copo e programe **15 Seg/ Vel 6**.

· Deite a massa numa forma de aro removível, untada com manteiga e polvilhada com farinha.

· Coloque no copo todos os ingredientes para a cobertura excepto a amêndoa, e programe **3 Min/ 37°/ Vel 3.**

· Deite o preparado numa taça, junte a amêndoa e envolva bem com a ajuda da espátula. Coloque sobre a massa do bolo e leve ao forno cerca de 30 minutos.

41. Tarte de maçã

6 PAX
2 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

6 maçãs
Sumo de 1 limão
1 ovo inteiro
2 gemas
150 g açúcar
130 g manteiga
10 g vinho do Porto ou Brandy
170 g farinha
2 ½ c. chá de fermento em pó p/ bolos
1 pitada de sal

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180° C.

· Descasque as maçãs, corte-as aos quartos e de seguida lamine-as finamente sem chegar até a baixo, regue com o sumo do limão e reserve.

· A seguir coloque no copo o ovo, as gemas, o açúcar e programe **2 Min / 37°/ Vel 4**.

· Junte a manteiga, o vinho do Porto e misture **6 Seg/ Vel 4**.

· Adicione a farinha, o fermento, o sal e programe **15 Seg/ Vel 3**.

· Deite numa forma de fundo removível, coloque em cima os quartos da maçã laminada uns ao lado dos outros, com a parte cortada para cima.

· Leve ao forno cerca de 30 minutos. Pique com um palito ao centro. Se sair limpo é porque está cozido.

· Retire do forno, deixe arrefecer, desenforme e polvilhe com açúcar em pó através de um passador.

42. Delícia de chocolate

6 PAX
11 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

200 g açúcar
6 ovos
150 g manteiga
250 g chocolate p/ culinária
50 g farinha

PREPARAÇÃO

· Pese e reserve o açúcar.

· Coloque a "borboleta", as claras e programe **6 Min/ Vel 3** e nos **20 Seg** finais, adicione pelo bocal da tampa 3 c. sopa do açúcar reservado. Retire para uma taça e reserve.

· Pré-aqueça o forno a 200° C.

· Retire a "borboleta" e deite no copo o açúcar restante, as gemas, a manteiga e programe **5 Min/ 70°/ Vel 4**.

· Adicione o chocolate em pedaços, espere que funda e misture **20 Seg/ Vel 5**.

· Junte no fim a farinha e misture **10 Seg/ Vel 5**, ajudando com a espátula.

· Volte a colocar a "borboleta", deite as claras e envolva na **Vel 2 ½**. Deite numa forma de abrir previamente untada e leve ao forno cerca de 10 minutos.

43. Tarte de limão e merengue

6 pax
11 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES P/ A BASE

1 receita de massa quebrada feita na Bimby

INGREDIENTES P/ O CREME

4 gemas de ovo
200 g água
50 g amido de milho
130 g açúcar
40 g sumo de limão
40 g manteiga

INGREDIENTES P/ O MERENGUE

50 g açúcar
4 claras de ovo
Umas gotas de limão
1 pitada de sal

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180°C.

· Prepare a massa quebrada, conforme receita da pág 62. Forre com ela uma tarteira com fundo removível de 26 cm, pique com um garfo a base da tarte, para que não inche, coloque-a no forno cerca de 15 minutos. Retire do forno e reserve.

· A seguir deite no copo todos os ingredientes do creme e programe **5 Min/ 90°/ Vel 4**. Deite imediatamente o creme sobre a base reservada.

· Pese o açúcar do merengue e reserve.

· Com o copo limpo coloque a "borboleta", as claras, o limão, o sal e bata **6 Min/ Vel 3** e nos **30 Seg** finais adicione o açúcar através do bocal da tampa. Cubra com este merengue o creme da tarte. Polvilhe com açúcar e leve ao forno para dourar.



40

Nota

Este bolo coze pouco tempo, mal esteja cozido dos lados, retira-se, pois o interior é como se fosse uma mousse. Espere que arrefeça enfeite com raspa de chocolate ou açúcar em pó.



42



41



43

44. Pão-de-Ló

8 PAX

9 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

9 ovos
500 g açúcar
250 g farinha
1 c. chá de fermento em pó p/ bolos

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Coloque a "borboleta", os ovos, o açúcar e programe **9 Min/ 37º/ Vel 3**.

· Por último junte a farinha, o fermento e programe **20 Seg/ Vel 3**. Deite numa forma de coroa, untada com manteiga e polvilhada com farinha, leve ao forno cerca de 30 minutos.

45. Madalenas

aprox. 10 Un

5 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

200 g açúcar
Casca de laranja e de limão (só parte amarela)
4 ovos
200 g manteiga
200 g farinha
1 c. chá de fermento em pó p/ bolos
1 pitada de sal

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Coloque no copo o açúcar e pulverize **15 Seg/ Vel 9**.

· Adicione a casca de laranja, do limão e programe **15 Seg/ Vel 9**.

· Coloque a "borboleta", os ovos, a manteiga e programe **2 Min/ 37º/ Vel 4.**

· A seguir programe **2 Min/ Vel 4**.

· Incorpore a farinha, o fermento, o sal e programe **15 Seg/ Vel 3**.

· Coloque a massa em formas de Madalenas, enchendo-as só até metade, polvilhe-as com açúcar e leve ao forno cerca de 20 minutos.

Dica: Se não utilizar as cascas dos citrinos obterá excelentes queques.

46. Creme de pasteleiro

Recheio para uma torta

6 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

70 g açúcar
Casca de laranja e limão (só parte amarela)
1 ovo
1 gema de ovo
1 c. sopa de açúcar baunilhado
300 g leite
25 g licor (opcional)
15 g amido de milho

PREPARAÇÃO

· Deite no copo o açúcar e pulverize **10 Seg/ Vel 9**.

· A seguir junte a casca de laranja, do limão e programe **15 Seg/ Vel 9**.

· Incorpore os restantes ingredientes e programe **6 Min/ 90º/ Vel 4**.

47. Quadrados de chocolate

10 PAX

6 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

250 g açúcar
250 g manteiga
4 ovos
250 g chocolate p/ culinária
250 g farinha

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 200º C.

· Deite no copo o açúcar, a manteiga, os ovos e programe **5 Min/ 70º/ Vel 4**.

· Adicione o chocolate partido aos pedaços e deixe amaciar uns segundos. Bata **20 Seg/ Vel 6**.

· Junte a farinha e bata cerca de **10 Seg/ Vel 6**.

· Deite num tabuleiro previamente untado com manteiga e polvilhado com farinha e leve ao forno cerca de 15 minutos.

· Este bolo fica húmido no meio. Desenforma-se e corta-se aos quadrados que se polvilham com açúcar em pó.

48. Bolo de laranja

8 PAX

2 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 laranja inteira (casca fina)
Sumo de 2 laranjas
250 g açúcar
100 g óleo
4 ovos
300 g farinha
2 c. chá de fermento em pó p/ bolos

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Coloque no copo a laranja inteira com o sumo de uma laranja e programe **15 Seg/ Vel 9**.

· Junte o açúcar, o óleo, os ovos e programe **2 Min/ 37º/ Vel 4**.

· Adicione a farinha, o fermento e programe **15 Seg/ Vel 3**.

· Coloque numa forma de coroa de 20 cm untada com margarina e polvilhada com farinha, leve ao forno cerca de 30 minutos.

· Retire, deixe arrefecer e regue com sumo de laranja ou polvilhe com açúcar em pó.

Dica: Pode cozer a vapor. Com o copo limpo coloque 1000 g de água e programe **10 Min/ Varoma/ Vel 1**. Coloque a forma no recipiente Varoma e cubra com papel alumínio deixando espaço para o bolo crescer e programe **60 Min/ Varoma/ Vel 2**. Verifique se o bolo já está cozido, senão programe mais tempo à mesma temperatura e velocidade.

Notas

49. Torta

12 PAX
4 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

6 ovos
200 g açúcar
250 g farinha
2 c. chá de fermento em pó p/ bolos
1 pitada de sal
Geleia de morango q.b.

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Coloque a "borboleta", os ovos, o açúcar e programe **2 Min/ 37º/ Vel 3**.

· Programe mais **2 Min/ Vel 3**, para que fique um creme fofo.

· Incorpore a farinha, o fermento, o sal e programe **15 Seg/ Vel 3**.

· Deite a massa num tabuleiro de 36 X 25 cm untado com margarina e polvilhado com farinha. Certifique-se que a massa ficou bem espalhada.

· Coloque no forno cerca de 15 minutos.

· Desenforme quente sobre um pano polvilhado com açúcar, recheie com a geleia e enrole com a ajuda do pano, deixe arrefecer com o pano.

· Retire o pano, coloque o rolo num prato de servir.

· Polvilhe com um pouco de açúcar em pó e enfeite a gosto.

50. Torta de laranja

6 PAX
36 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

400 g açúcar
Casca de 1 laranja, só a parte laranja
150 g de sumo de laranja
8 ovos
40 g amido de milho
60 g manteiga

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Coloque no copo o açúcar, a casca da laranja e triture **6 seg/ Vel 7**.

· Junte o sumo, os ovos, o amido de milho, a manteiga e programe **30 seg/ Vel 4**.

· Deite num tabuleiro de aprox. 32 x 25 cm forrado com papel vegetal. Leve ao forno cerca de 20 minutos.

· Desenforme ainda quente em cima de uma folha de papel vegetal e enrole. Polvilhe com açúcar pó.

51. Cobertura glacê branca

25 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

220 g açúcar
1 clara de ovo
2 gotas de sumo de limão

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo o açúcar e pulverize **15 Seg/ Vel 9**.

· Adicione os ingredientes restantes e programe **10 Seg/ Vel 6**.

Dica: Pode juntar chocolate em pó ou café solúvel e convertê-lo em cobertura de chocolate ou de café. Se desejar pode também mudar a cor, juntando uma gota de corante alimentar.

52. Bolo rápido

8 PAX
1.30 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

3 ovos grandes
200 g açúcar
100 g manteiga
1 iogurte natural
170 g farinha
1 pitada de sal
1 c. sopa de fermento em pó p/ bolos
2 maçãs descascadas e cortadas em 8 pedaços

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180ºC.

· Coloque no copo os ovos, o açúcar e programe **1 Min/ 50º/ Vel 3**.

· Junte a manteiga, o iogurte e misture **15 Seg/ Vel 3**.

· Incorpore a farinha, o sal, o fermento e programe **15 Seg/ Vel 3**.

· Em seguida deite a mistura numa forma redonda previamente untada e polvilhada.

· Junte os pedaços de maçã e leve ao forno cerca de 30 minutos.

Dica: Para decorar pode polvilhar com açúcar em pó com canela.

53. Bolo de iogurte

8 PAX
5 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

Casca de 1 limão, só a parte amarela
5 ovos grandes
1 iogurte natural
110 g óleo
400 g açúcar
150 g farinha
1 c. sopa de fermento em pó p/ bolos

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Coloque no copo a casca do limão e rale **15 Seg/ Vel 9**.

· Coloque todos os ingredientes no copo, excepto a farinha, o fermento e misture **5 Min/ Vel 4**.

· Adicione a farinha, o fermento e envolva **15 Seg/ Vel 3**.

· Unte uma forma com margarina e polvilhe-a com farinha. Coloque o preparado e leve ao forno cerca de 40 minutos.

Notas

Bolachas

54. Areias

aprox. 25 Un
30 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

300 g farinha
100 g açúcar
200 g manteiga s/ sal
1 pitada de sal
Açúcar p/ envolver

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Coloque todos os ingredientes no copo e programe **30 Seg/ Vel 6**.

· Faça pequenas bolas e leve ao forno cerca de 15 minutos.

· Retire do forno e envolva em açúcar.

55. Biscoitos da Olinda

aprox. 25 Un
15 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

250 g farinha
100 g açúcar
100 g manteiga
1 ovo
1 c. chá de fermento em pó p/ bolos

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **15 Seg/ Vel 6**.

· Faça bolas pequenas, mergulhe a parte de cima em açúcar e com a ajuda de um garfo "esmague" as bolas que deverão ficar com aspecto achatado e ondulado.

· Leve ao forno cerca de 20 minutos.

56. Bolachas de cerveja

aprox. 20 Un
45 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

150 g cerveja
200 g manteiga s/ sal
500 g farinha
1 pitada de sal
Açúcar q.b.

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Coloque no copo, a cerveja, a manteiga e misture **15 Seg/ Vel 6**.

· Junte a farinha, o sal e bata **30 Seg/ Vel 6**.

· Polvilhe uma superfície com açúcar e estenda a massa com o rolo. Vire a massa e proceda de igual modo.

· Com o copo de medida recorte as bolachas. Leve ao forno cerca de 15 minutos.

57. Bolachas de chocolate

aprox. 20 Un
35 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g chocolate p/ culinária
250 g farinha
100 g açúcar
100 g manteiga
1 ovo
1 c. chá de fermento em pó p/ bolos

PREPARAÇÃO

· Pré-aqueça o forno a 180º C.

· Coloque no copo o chocolate aos pedaços, dê **3 toques de Turbo** e pulverize **10 Seg/ Vel 9**.

· Adicione os restantes ingredientes e programe **25 Seg/ Vel 6**.

· Estenda a massa com o rolo numa superfície polvilhada de farinha, e com ajuda do copo de medida corte as bolachas. Leve ao forno cerca de 20 minutos num tabuleiro previamente untado e polvilhado.

Notas


54


56


55


57

Dica

Pode juntar uma casca de laranja e pulverizar juntamente com o chocolate.

Compotas

58. Compota de pêssego

aprox. 600 g
30 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

500 g pêssego com casca e sem caroço
500 g açúcar
1 limão

PREPARAÇÃO (A BASE PARA TODOS É A SEGUINTE)

· O peso da fruta será sempre o mesmo que o do açúcar e coloca-se sempre um limão descascado sem a parte branca e sem caroços.

· Se quisermos com pedaços, pique **6 Seg/ Vel 4**. Se quiser tudo bem triturado, programe **15 Seg/ Vel 6** até que fique em puré.

· A seguir programe **30 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Com a Bimby pode fazer todos os doces, consoante a fruta que utilizar, já que umas têm mais pectina que outras, os doces vão ficar mais ou menos espessos. As frutas que tiverem menos pectina, como os morangos, necessitam no final de mais **10 Min / Varoma** para que o líquido se evapore.

59. Compota de tomate

aprox. 500 g
15 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

500 g de tomate (chucha)
Pau de canela
300 g açúcar
15 g pectina

PREPARAÇÃO

· Retire a pele e as sementes do tomate, escorra durante uma hora por cima de uma folha de papel cozinha. É importante escorrer o máximo de água possível.

· Coloque no copo o tomate escorrido, o pau de canela e programe **10 Min/ 100º/ Varoma/ Vel**. Substitua o copo medida pelo cesto em cima da tampa, para evitar salpicos.

· Adicione o açúcar, a pectina e programe **5 Min/ Varoma/ Vel**. Sem o copo de medida, mas com o cesto.

Nota: Se não usar pectina, ao adicionar o açúcar programe **15 Min/ Varoma/ Vel**. Substitua o copo de medida pelo cesto, para que evapore e dê mais consistência ao doce.

60. Marmelada

2 Taças peq
30 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

800 g marmelos com casca, mas s/ caroços
800 g açúcar
1 limão descascado s/ parte branca e s/ caroços

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes e triture **30 Seg/ Vel 9**.
· Com a ajuda da espátula baixe o que ficou na parede do copo e programe **30 Min/ 100º/ Vel 3**.

· Coloque em taças e deixe arrefecer.

61. Compota de abóbora com nozes

aprox. 800 g
30 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

800 g abóbora cortada em pedaços pequenos
400 g açúcar amarelo
Sumo de 1 laranja
1 pau de canela
100 g nozes ou pinhões

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo 400 g de abóbora e triture **15 Seg/ Vel 6**. Repita o processo para as restantes 400 g.

· Adicione o açúcar, o sumo da laranja, o pau de canela e programe **30 Min/ 100º/ Vel 1**, substitua o copo de medida pelo cesto para evitar salpicos.

· Retire o pau de canela e programe **15 Seg** e vá **progressivamente** até à **Vel 6**.

· Adicione as nozes ou pinhões e envolva com a ajuda da espátula. Deite logo de seguida em frascos previamente escaldados fechando de imediato para criar vácuo.

Nota: Quando triturar, faça-o **progressivamente** até chegar à **Vel 6**. É fundamental esperar 2 a 3 segundos antes de abrir a tampa, para permitir a estabilização e evitar o perigo de salpicos.

62. Compota de figo

aprox. 1000 g
25 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1000 g figos inteiros, maduros
500 g açúcar
Casca de 1 limão, só a parte amarela
1 pau de canela

PREPARAÇÃO

· Coloque todos os ingredientes no copo e programe **25 Min/ Varoma/ Vel**.

· Quando terminar, retire o pau de canela e se desejar triture uns segundos na **Vel 6**.

· Coloque a compota em frascos de vidro, previamente bem lavados e esterilizados e feche hermeticamente.

Nota: Quando triturar, faça-o **progressivamente** até chegar à **Vel 6**. É fundamental esperar 2 a 3 segundos antes de abrir a tampa, para permitir a estabilização e evitar o perigo de salpicos.

Notas

Dica
A pectina é um gelificante natural e pode ser encontrado em casas de produtos naturais.



59



60

Dica
Pode servir com requeijão.



61



62

63. Compota de aproveitamentos

aprox. 400 g

30 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

Sobras da preparação de 1 limonada, sem os caroços

2 cenouras

2 peças de fruta a seu gosto (maçãs, peras, laranjas, etc.)

Açúcar equivalente ao peso das cascas, a fruta e as cenouras

PREPARAÇÃO

· Depois de fazer uma limonada aproveite as cascas.

· Coloque as cascas de molho em água de um dia para o outro, para largar o amargo da casca.

· Coloque no copo as cascas bem escorridas, as cenouras, as frutas, o açúcar e triture **10 Seg/ Vel 5**, de seguida programe **30 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Se no final ficar muito líquido, programe mais **8 Min/ Varoma/ Vel 1**. Substitua o copo de medida pelo cesto.

· Se desejar triture **10 Seg/ Vel 6**.

64. Compota de morango

aprox. 600 g

15 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

500 g morangos

300 g açúcar

1 limão descascado s/ parte branca e s/ caroços

15 g pectina

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo os morangos, o açúcar, o limão e triture **10 Seg/ Vel 5** (se desejar um doce c/ pedaços, reserve metade dos morangos e junte no passo seguinte).

· Programe **10 Min/ Varoma/ Vel 1**. Substitua o copo de medida pelo cesto, para que evapore e dê mais consistência ao doce.

· Adicione a pectina envolva alguns segundos na **Vel 3** e programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1**. Sem o copo de medida, com o cesto na tampa.

Nota: Se não usar pectina programe desde o princípio **30 Min/ Varoma/ Vel 1**. Substitua o copo de medida pelo cesto, para que evapore e dê mais consistência ao doce.

Dica: A pectina é um gelificante natural e é encontrado em casas de produtos naturais.

65. Geleia de marmelo

aprox. 600 g

56.30 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

Pevides de marmelo

450 g água

¼ marmelo com casca e s/ caroço, cortado aos pedaços

400 g açúcar

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo as pevides, a água e programe **15 Min/ 100º/ Vel 1**. Coe o líquido por um passador fino.

· Pese 400 g do líquido coado, coloque o marmelo e triture **1,30 Min/ Vel 9**. De seguida adicione o açúcar e programe **40 Min/ Varoma/ Vel 1**, sem o copo de medida e com o cesto sobre a tampa para evitar salpicos.

· Verifique o ponto da geleia, colocando uma colher de chá num prato e abrindo uma estrada. Se verificar que está muito líquido programe mais **10 Min/ Varoma/ Vel 1**.

66. Geleia de frutos vermelhos

aprox. 500 g

15 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

450 g frutos vermelhos congelados

350 g açúcar

15 g pectina

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo os frutos, o açúcar e programe **10 Min/ 100º/ ↶/ Vel ↓**.

· Junte a pectina, envolva com a espátula e programe **5 Min/ Varoma/ ↶/ Vel ↓**.

· Deite de imediato num frasco esterelizado, feche bem e vire-o para que possa fazer vácuo, deixe arrefecer.

· Depois de aberto mantenha-o no frigorífico.

Dica: Se não utilizar a pectina será necessário mais tempo para dar o ponto. A pectina é um gelificante natural que se encontra á venda em lojas de produtos naturais.

Notas

67. Rabanadas ao vapor

6 PAX
42 Min
DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES P/ AS RABANADAS

1000 g leite
150 g açúcar
1 casca de limão
1 pau de canela
12 fatias de pão branco de véspera (espessura 2 cm)
2 ovos grandes
750 g água
8 c. sopa açúcar
3 c. sopa canela em pó
Manteiga derretida

INGREDIENTES P/ A CALDA

100 g açúcar
50 g água
1 a 2 cascas de limão
1 pau de canela

Película aderente q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque o leite, o açúcar, a casca de limão, o pau de canela e programe **12 Min/ 90 º/ Vel 4**.

· Retire o leite para um recipiente e deixe arrefecer. Coloque as fatias de pão de modo a ficarem embebidas no leite.

· Coloque os ovos no copo e misture **10 Seg/ Vel 5**. Reserve.

· Passe cada fatia por ovo batido, coloque em quadrados individuais de película aderente, previamente untados com manteiga.

· No copo coloque a água, a Varoma com as fatias de pão embrulhadas na película aderente e programe **25 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Pré-aqueça o forno a 250ºC.

· Misture o açúcar com a canela e reserve.

· Retire a Varoma, abra cuidadosamente os embrulhos e envolva as fatias na mistura de açúcar com canela.

· Coloque as fatias num tabuleiro forrado com papel vegetal. Leve ao forno bem quente durante 3 Min.

· Com o copo limpo coloque os ingredientes para a calda e programe **5 Min/ 100º/ Vel 1**. Reserve.

· Sirva as rabanadas mornas acompanhadas pela calda.

68. Flan de chocolate

6 PAX
34 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

60 g chocolate preto (50% cacau) em pedaços
300 g leite
60 g açúcar em pó
2 c chá açúcar baunilhado
3 ovos
700 g água

Folha de alumínio q.b.

PREPARAÇÃO

· Coloque o chocolate no copo e pulverize **15 Seg/ Vel 10**.

· Junte o leite e programe **4 Min/ 100º/ Vel 2**.

· Adicione o açúcar, o açúcar baunilhado e com a Bimby em funcionamento na **Vel 3**, junte os ovos pelo bocal da tampa.

· Distribua a mistura por 6 formas pequenas ligeiramente untadas, cubra-as com folha de alumínio e coloque-as no recipiente Varoma.

· Com o copo limpo coloque a água, a Varoma e programe **30 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Deixe arrefecer os pudins antes de servir.

69. Pêssegos recheados

8 PAX
22.30 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g bolacha Maria
50 g amêndoa s/pele
50 g nozes
60 g manteiga
70 g açúcar amarelo
8 pêssegos
200 g golden syrup ou caramelo líquido
1000 g água

Folha de alumínio q.b.

PREPARAÇÃO

· Com o copo bem seco, coloque as bolachas, a amêndoa e triture **15 Seg/ Vel 9**. Retire e reserve.

· Sem lavar o copo, coloque as nozes e pressione a tecla **Turbo 2** vezes. Retire e reserve.

· Coloque no copo a manteiga, o açúcar e programe **2 Min/ 50º/ Vel 1**.

· Adicione os ingredientes reservados e misture **15 Seg/ Vel 2**.

· Corte os pêssegos ao meio, retire o caroço e recheie com o preparado.

· Coloque os pêssegos em quadrados de folha de alumínio, regue com o golden syrup, feche cuidadosamente e disponha-os na Varoma.

· Deite a água no copo, coloque a Varoma e programe **20 Min/ Varoma/ Vel 1**.

· Sirva frio.

Dica: Acompanhe com natas ou gelado de baunilha.

70. Pêras ao vapor

6 PAX
20 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

4 pêras maduras c/ casca
800 g água

PREPARAÇÃO

· Corte as pêras ao meio, retire-lhes o caroço e disponha as metades na Varoma.

· Deite a água no copo, coloque a Varoma e programe **20 Min/ Varoma/ Vel 1**.

Dica: Sirva com natas batidas ou gelado feito na Bimby. Pode polvilhar com açúcar e canela antes de cozer.

Notas



12.
Ideias para os mais novos...

160. Passo a passo

1. Iogurte natural

162. Crianças

2. Iogurte de frutas
3. Iogurte de coco
4. Papa de fruta com iogurte
5. Papa de legumes
6. Puré de legumes com carne
7. Puré de legumes com peixe
8. Flocos de aveia

164. Crianças

9. Batido de fruta
10. Sumo de melancia
11. Morangada
12. Caipirágua
13. Gelados Bimby
14. Pães de leite
15. *Muffins* com creme de avelã e chocolate

1. Iogurte natural

INGREDIENTES

1000 g leite
1 iogurte natural
50 g leite em pó

PREPARAÇÃO

· Com o copo bem limpo, coloque os ingredientes e programe **4 Min/ 50°/ Vel 4**.

· Terminado o tempo, abafe o copo da Bimby com uma manta polar ou saco térmico, durante 13 horas. A espessura do iogurte depende da forma como abafa.

Nota: Para um iogurte natural açucarado adicione aos ingredientes 40 g de açúcar. Para um iogurte cremoso adicione 100 g de natas. Experimente adicionar ao seu iogurte frutos frescos ou secos, cereais, para uma maior variedade.

Durante o tempo de fermentação não se deve mexer.

aprox.
8 Un de 150 g

4
Min

DIFICULDADE:
FÁCIL



• Comece por colocar os ingredientes.



• Com uma manta polar ou saco térmico abafe o copo da Bimby, ou os copos de iogurte pelo menos durante 13 horas.



• Esta é a consistência do iogurte depois de 13 horas de fermentação.



• Iogurte dentro do frasco pronto a consumir.

Dica

Para desocupar a sua Bimby, assim que terminar, poderá colocar o iogurte em frascos previamente esterilizados. Abafe bem com uma manta e após 13 horas coloque o iogurte no frigorífico.



2. Iogurte de frutas

9 Un de 150 g

9 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

200 g morangos (ou outra fruta da época)
80 g açúcar
1000 g leite
1 iogurte natural
50 g leite em pó

PREPARAÇÃO

· Com o copo bem limpo, coloque os morangos, o açúcar e programe **5 Min/ Varoma/ Vel 1**. De seguida triture **3 Seg/ Vel 5**. Retire o copo da base para que arrefeça.

· Quando a fruta arrefecer, junte os restantes ingredientes e programe **4 Min/ 50º/ Vel 4**.

· Terminado o tempo, abafe o copo da Bimby com uma manta polar ou saco térmico, durante 13 horas. A espessura do iogurte depende da forma como o abafa.

Nota: Durante a fermentação não se deve mexer.

Dica: Para desocupar a sua Bimby, poderá assim que terminar colocar o iogurte em frascos previamente esterilizados, abafe bem com uma manta. Após 13 horas coloque o iogurte no frigorífico.

3. Iogurte de coco

aprox. 9 Un de 150 g

6 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

100 g coco ralado seco
1000 g leite
80 g açúcar
1 iogurte natural

PREPARAÇÃO

· Coloque o coco ralado no copo e pulverize **15 Seg/ Vel 9**.

· Adicione 500 g de leite e bata **2 Min/ Vel 9**.

· Junte o leite restante, o açúcar, o iogurte e programe **4 Min/ 50º/ Vel 4**.

· Terminado o tempo, abafe o copo da Bimby com uma manta polar ou saco térmico, durante 13 horas. A espessura do iogurte depende da forma como abafa.

Nota: Durante o tempo de fermentação não se deve mexer.

Dica: Para desocupar a sua Bimby, poderá assim que terminar colocar o iogurte em frascos previamente esterilizados, abafe bem com uma manta. Após 13 horas coloque o iogurte no frigorífico.

4. Papa de fruta com iogurte

1 PAX

20 Seg

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

1 banana
1 iogurte natural
7 bolachas Maria

PREPARAÇÃO

· Coloque todos os ingredientes no copo e bata **20 Seg/ Vel 5**.

5. Papa de legumes

1 PAX

30 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

50 g batata
50 g cenoura
30 g courgette
300 g água

PREPARAÇÃO

· Coloque todos os ingredientes no copo e programe **30 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Programe **20 Seg** e vá **progressivamente** até à **Vel 7**.

· No fim coloque um fio de azeite e envolva uns segundos na **Vel 3**.

6. Puré de legumes com carne

1 PAX

30 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

50 g batata
50 g abóbora
50 g feijão-verde
30 g vitela, frango ou borrego
300 g água
1 pitada de sal

PREPARAÇÃO

· Coloque todos os ingredientes no copo e programe **30 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Programe **20 Seg** e vá **progressivamente** até à **Vel 7**.

· Adicione um fio de azeite e envolva uns segundos na **Vel 3**.

Dica: Para confeccionar de uma só vez três sopas diferentes, coloque as carnes na Varoma e os legumes indicados pelo pediatra no copo e programe **30 Min/ Varoma/ Vel 1**. No final divida a sopa em 3 partes e bata com cada uma das carnes.

7. Puré de legumes com peixe

1 PAX

30 Min

DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

50 g abóbora
80 g feijão-verde
30 g peixe
300 g água
1 c. chá de arroz
1 pitada de sal

PREPARAÇÃO

· Coloque todos os ingredientes no copo e programe **30 Min/ 100º/ Vel 1**.

· Programe **20 Seg** e vá **progressivamente** até à **Vel 7**.

· Adicione um fio de azeite e envolva uns segundos na **Vel 3**.

Dica: Coloque as combinações a seu gosto ou consoante as indicações do pediatra.

8. Flocos de aveia

2 PAX

10 Min

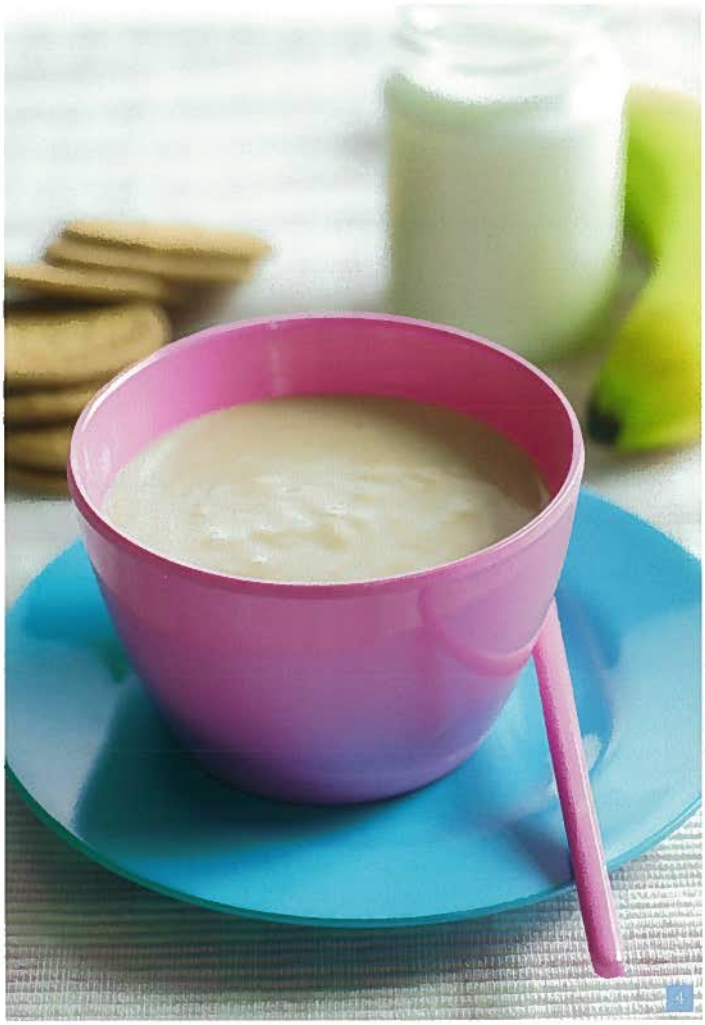
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES

250 g leite
30 g flocos de aveia
25 g açúcar

PREPARAÇÃO

· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **10 Min/ 90º/ ↶/ Vel 2 ½**.



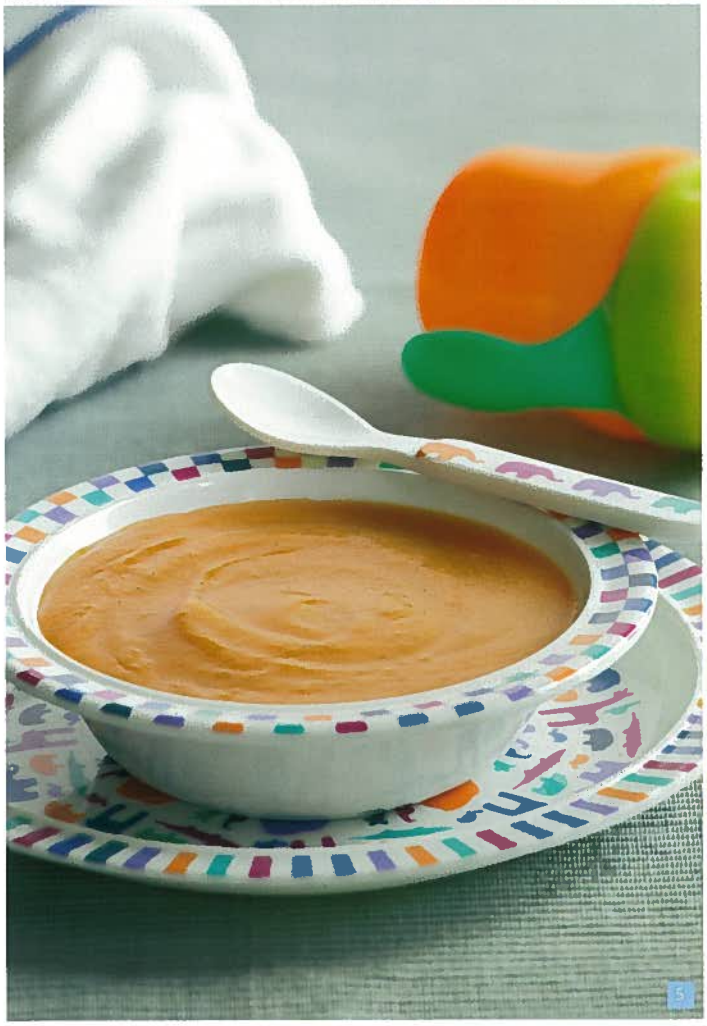
4

Dica

Coloque as combinações a seu gosto ou consoante as indicações do pediatra.



6 7



5



8

9. Batido de fruta

6 copos
45 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
2 bananas
40 g açúcar
160 g gelo
400 g leite

PREPARAÇÃO
· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **45 Seg/ Vel 9**.
· Sirva em copos.

10. Sumo de melancia

6 PAX
2 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
500 g água
50 g açúcar
1000 g melancia c/ pevides e s/ casca

PREPARAÇÃO
· Coloque no copo todos os ingredientes e programe **2 Min/ Vel 9**.
· Sirva frio.

11. Morangada

6 PAX
2 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
8 a 10 morangos bem lavados
2 limões bem lavados, c/ casca partidos em quartos
100 g açúcar
1000 g água

PREPARAÇÃO
· Coloque no copo todos os ingredientes e pressione a tecla **Turbo 4 ou 5 vezes**, segurando no copo de medida.
· Introduza o cesto no copo, pressione-o com a espátula e coe a morangada para um jarro com cubos de gelo.

12. Caipirágua

6 PAX
20 Seg
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
120 g açúcar
800 g gelo
2 limas
100 g água

PREPARAÇÃO
· Coloque o açúcar no copo e pulverize **15 Seg/ Vel 9**.
· Junte o gelo e pique alguns segundos na **Vel 6**.
· Coloque as limas cortadas em quartos, a água e dê **3 a 4 golpes de Turbo**.

13. Gelados Bimby

12 PAX
1 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
800 g gelo
1 pacote de preparado em pó p/ sumos (30 g)

PREPARAÇÃO
· Coloque no copo os ingredientes e programe **1 Min/ Vel 9**.
· Com a espátula, ajude a envolver o gelado. Encha vários cones com o preparado e guarde no congelador até à hora de servir.

14. Pães de leite

aprox. 15 Un
3 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
250 g leite
50 g margarina
50 g açúcar
½ saqueta de fermento seco, cerca de 5 g
1 c. chá de sal
500 g farinha
1 gema de ovo p/ pincelar

PREPARAÇÃO
· Coloque todos os ingredientes no copo excepto a farinha e programe **1,30 Min/ 37º/ Vel 1**.
· Adicione a farinha e programe **10 Seg/ Vel 6**. De seguida amasse **2 Min/ Vel** .
· Deixe descansar 10 minutos. Faça bolas de 60 g e coloque num tabuleiro untado com margarina e polvilhado com farinha, deixe dobrar de volume.
· Pincele com a gema e leve ao forno pré-aquecido a 180ºC cerca de 15 a 20 minutos.

Nota: Esta receita foi feita com farinha tipo 65, se utilizar a farinha tipo 55 acrescente mais 20-30 g.

15. *Muffins* com creme de avelã e chocolate

6 PAX
1 Min
DIFICULDADE: FÁCIL

INGREDIENTES
Creme de avelã e chocolate feito na Bimby
140 g margarina
100 g açúcar
3 ovos
200 g farinha c/ fermento
1 pitada de sal

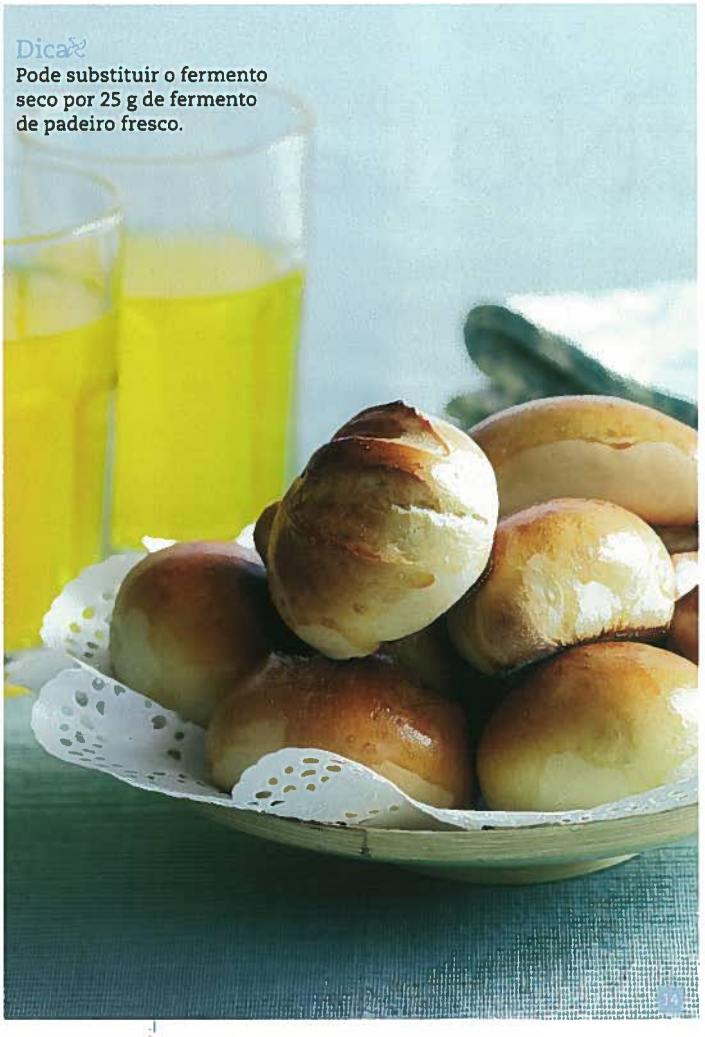
PREPARAÇÃO
· Faça o creme de avelã e chocolate conforme a receita da pág 143. Reserve.
· Pré-aqueça o forno a 180º C.
· Com o copo limpo, coloque todos os ingredientes e programe **1 Min/ Vel 3**.
· Unte com margarina e polvilhe com farinha formas de queques, com ajuda de uma colher de sopa, encha cada forma com o preparado até meio. Deite uma colher de chá de creme de avelã e chocolate em cada forma e misture ligeiramente com ajuda de um palito.
· Leve os *muffins* ao forno cerca de 20 minutos.



9 10 11 12

Dica

Pode substituir o fermento seco por 25 g de fermento de padeiro fresco.



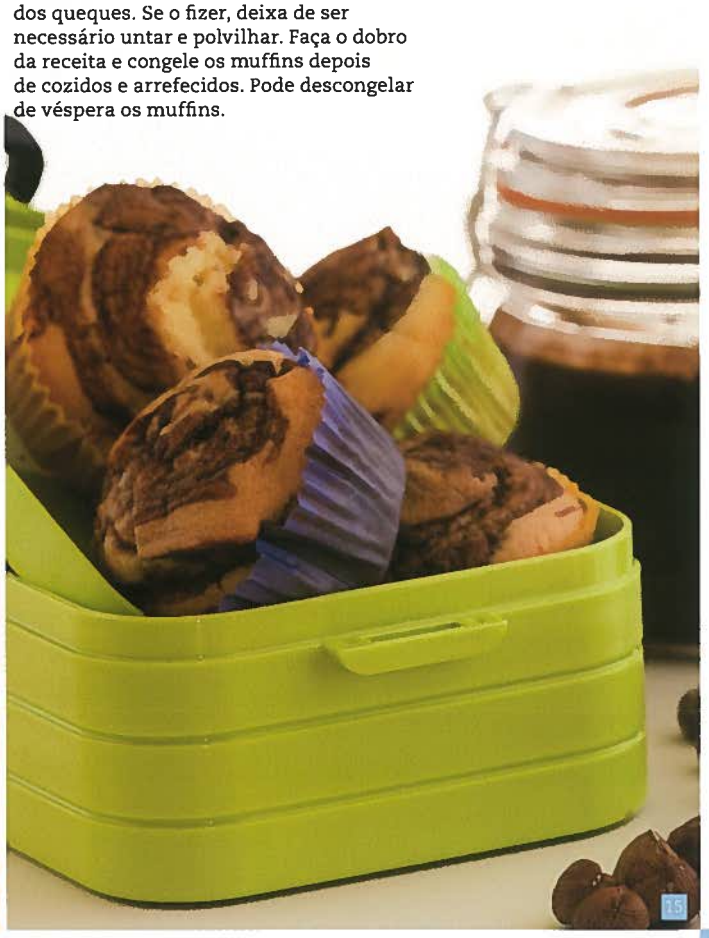
14



13

Dica

Pode utilizar formas de papel nas formas dos queques. Se o fizer, deixa de ser necessário untar e polvilhar. Faça o dobro da receita e congele os muffins depois de cozidos e arrefecidos. Pode descongelar de véspera os muffins.



15

Notas

Índice Remissivo

índice remissivo

A

Açorda de tomate **72**
Aletria **134**
Almôndegas **98**
Almôndegas de tofu **122**
Apple crumble **142**
Areias **152**
Arroz Árabe **70**
Arroz branco **70**
Arroz de bacalhau com espinafres e feijão **87**
Arroz de cabidela **100**
Arroz de cenoura **70**
Arroz de marisco **78**
Arroz de pato **108**
Arroz de polvo **78**
Arroz de tomate **70**
Arroz doce **134**
Arroz doce com leite de coco e manga **128**
Arroz integral com espinafres **122**
Arroz Mediterrânico **68**
Arroz tipo paella **86**
Azevias de grão **138**

B

Bacalhau à brás **82**
Bacalhau com coentros **87**
Bacalhau com natas **80**
Bacalhau com natas com batata cozida **88**
Bacalhau espiritual **86**
Batido de beterraba **116**
Batido de fruta (crianças) **164**
Batido de fruta **26**
Bavaroise de baunilha e creme de caramelo com café **134**
Bifes de cebolada **98**
Bifinhos rápidos **110**
Biscoitos da Olinda **152**
Bolachas de cerveja **152**
Bolachas de chocolate **152**
Bôla rápida de carne **42**
Bolo Algarvio **146**
Bolo de cenoura com chocolate **146**
Bolo de chocolate com piripiri **146**
Bolo de iogurte **151**
Bolo de laranja **150**
Bolo de mármore **144**
Bolo de noz **146**
Bolo Inglês **144**
Bolo rápido **151**
Bolo Rei **144**
Brigadeiros **138**
Brioches **58**
Brôa de milho **58**
Brownies **144**

C

Caipirágua **164**
Caipirinha **24**
Caipirinha de tangerina e lima **24**
Calda de açúcar **140**
Caldeirada de marisco **87**
Caldeirada de peixe **78**
Caldo de carne caseiro **21**
Caldo de legumes caseiro **21**
Caldo verde **48**
Camarão na abóbora **89**
Canja **48**
Caril de camarão **80**
Caril de frango **98**
Caril de legumes **122**
Carne à Angolana **110**
Carne em massa folhada **104**
Carne guisada com esparguete **106**
Chantilly **143**
Chao min de gambas **82**
Chapéus de cogumelos **42**
Cheesecake de mirtilios **136**
Cheesecake (light) **142**
Chili com carne **110**
Chili com seitan **124**
Chocolate quente **26**
Citrinos ralados **14**
Cobertura de chocolate **143**
Cobertura glacê branca **151**
Coelho à nossa moda **108**
Cogumelos com ricotta e pesto **46**
Cogumelos salteados **42**
Compota de abóbora com nozes **154**
Compota de aproveitamentos **156**
Compota de figo **154**
Compota de morango **156**
Compota de pêssego **154**
Compota de tomate **154**
Coroa de atum **87**
Cou-cous com salmão ao vapor **89**
Cozido à Portuguesa **92**
Creme de avelã e chocolate **143**
Creme de camarão e salmão **47**
Creme de cogumelos **50**
Creme de courgettes **47**
Creme de ervilhas **47**
Creme de favas com coentros **118**
Creme de pasteleiro **150**
Creme Inglês **142**
Croquetes **106**

D

Delícia de chocolate **148**
Dourada ao sal **76**
Douradas ao vapor **88**

E

Empada de galinha **65**
Empada Galega **80**
Empadão de carne **104**
Ensopado de borrego **102**
Entrada de courgette e cenoura **46**
Ervilhas com ovos escalfados **100**
Esparguete **72**
Esparguete com frango **110**

Esparregado **72**
Espinafres à Bimby **72**
Espuma de ananás **128**
Estufado de tofu **122**

F
Favas guisadas **96**
Feijoada **104**
Fettucini com bacon, fiambre e natas **102**
Flan de chocolate **157**
Flocos de aveia **162**
Fumet de camarão **82**

G
Gaspacho **52**
Gelado de baunilha **34**
Gelado de caramelo com crocante **34**
Gelado de chocolate **32**
Gelado de manga **32**
Gelado de mirtilos **34**
Gelado de morango **32**
Gelado de natas **32**
Gelado de stracciatella **34**
Gelados Bimby **164**
Geleia de frutos vermelhos **156**
Geleia de marmelo **156**
Granizado de champanhe **24**
Granizado de limão **24**
Gratinado de lulas **86**
Gratinado rico da Leonor **88**

I
Iogurte de coco **162**
Iogurte de frutas **162**
Iogurte de soja natural **116**
Iogurte natural **160**

J
Jardineira de carne **96**

K
Ketchup **18**

L
Lasanha **98**
Lasanha (vegetariana) **124**
Lassi **26**
Legumada **124**
Leite creme **140**
Leite creme de soja **128**
Leite de arroz **116**
Leite de soja **114**
Lemon curd **140**
Lentilhas estufadas com cebola e tomate **126**
Limonada **24**
Linguado com estragão **86**
Lombinho de porco com molho madeira **111**
Lombo de porco com molho agridoce **102**
Lulas com molho mostarda **80**
Lulas recheadas **89**

M
Maçapão **138**
Maçãs ao vapor **128**
Madalenas **150**
Maionese **18**
Maionese sem ovo **21**
Manteiga **21**
Marmelada **154**
Marquise de chocolate **142**
Massa choux **60**
Massa de crepes **64**
Massa de empadas **64**
Massa de panquecas **62**
Massa de pizza **58**
Massa de rissóis **62**
Massa folhada **62**
Massa lêveda - Pão caseiro **62**
Massa quebrada **62**
Massa sablé **60**
Massa tenra **64**
Mexilhões com molho picante **42**
Moamba de galinha com funge **108**
Moer café **14**
Molho Béarnaise **20**
Molho béchamel **20**
Molho de caramelo **36**
Molho de chocolate **36**
Molho de chocolate e café **36**
Molho de morango **36**
Molho de queijo **36**
Molho de Roquefort **20**
Molho de tomate **20**
Molho Holandês **20**
Molho p/ carne assada **20**
Molho pesto **18**
Molho vinagrete **18**
Molotoff **142**
Moqueca de camarão **82**
Morangada **164**
Mousse de atum **88**
Mousse de chocolate **143**
Mousse de limão **138**
Mousse de maracujá **128**
Muffins com creme de avelã e chocolate **164**

N
Néctar de cenoura **26**
Néctar de laranja **26**
Néctar manga/ laranja **24**

O
Ovos mexidos com alheira **46**
Ovos moles **140**
Ovos verdes **118**

P
Pães de leite **164**

Pãezinhos de minuto **58**
Pão da terra **120**
Pão de forma sem côdea **58**
Pão de iogurte **120**
Pão-de-ló **150**
Pão de passas ou nozes **64**
Pão de queijo **64**
Pão ralado **14**
Pão rústico **60**
Pão saloio **60**
Papa de fruta com iogurte **162**
Papa de legumes **162**
Pasta de azeitonas **44**
Pasta de caril **18**
Pastéis de bacalhau **84**
Pastéis de massa tenra **100**
Pastéis de nata **134**
Pataniscas de bacalhau **84**
Patê de atum **44**
Patê de fígado **44**
Patê de fumados **44**
Patê de queijos **44**
Patê de requeijão com hortelã **118**
Patê de salmão **44**
Patê marinheiro **44**
Peito de frango enrolado **110**
Peitos de frango pizzaiola **111**
Peixinhos da horta **118**
Pêras ao vapor **157**
Pescada com batatas ao vapor **82**
Pêssegos recheados **157**
Picado de abelha **148**
Picar cebola roxa ou couve roxa **16**
Picar cenoura **16**
Picar delícias do mar **16**
Picar gelo **16**
Picar presunto **16**
Pipis **44**
Pudim de carne **106**
Pudim de ervilhas com cenoura **126**
Pudim flan **143**
Pudim vegetariano **126**
Pulverizar arroz **14**
Pulverizar feijão **14**
Pulverizar grão **14**
Pulverizar soja **14**
Puré de batata **72**
Puré de castanhas **72**
Puré de legumes com carne **162**
Puré de legumes com peixe **162**

Q

Quadrados de chocolate **150**
Queijo ralado **14**
Quiche Lorraine **65**
Quiche rápida **104**
Quiche rápida com alho francês **65**
Quindins **138**

R

Rabanadas ao vapor **157**
Rancho **96**
Recheio de peru **94**
Recheio para torta **143**
Risotto de cogumelos pleurothus com champanhe **70**
Rissóis de camarão **84**
Rolo de 3 carnes com farinheira **108**
Rolo de bacalhau com brôa **89**
Rolo de carne **102**
Rolos de peito de peru com recheio de queijo **111**

S

Salada 4 estações **16**
Salada primavera **126**
Salsichas enroladas em couve lombarda **100**
Sardinhas frescas em papelote **88**
Scones **60**
Seitan **116**
Sonhos **140**
Sopa alentejana **48**
Sopa da pedra **50**
Sopa de alface **118**
Sopa de alho francês **50**
Sopa de beterraba **52**
Sopa de cação **48**
Sopa de couve com leite de soja **120**
Sopa de feijão encarnado com abóbora **120**
Sopa de melão com queijo **52**
Sopa de meloa **52**
Sopa de tomate e feijão verde com ovos escalfados **50**
Sopa do campo **47**
Sopa fria de rúcula **52**
Sorvete de fruta **30**
Sorvete rápido de limão **34**
Soufflé de brócolos e milho **40**
Soufflé de queijo **42**
Strogonoff **106**
Sumo de melancia **164**
Suspiros **132**

T

Tamboril à Americana **78**
Tapa do mar **42**
Tarte de limão e merengue **148**
Tarte de maçã **148**
Tarte de maracujá com chocolate **136**
Tarteletes de lemon curd **140**
Tiramisú **136**
Tofu **116**
Torta **151**
Torta de camarão **84**
Torta de laranja **151**
Tortilha de legumes no forno **124**
Toucinho-do-céu **136**
Trança **56**
Trouxas de peru recheadas **96**

V

Vieiras recheadas **46**
Vitamina de abacate **116**

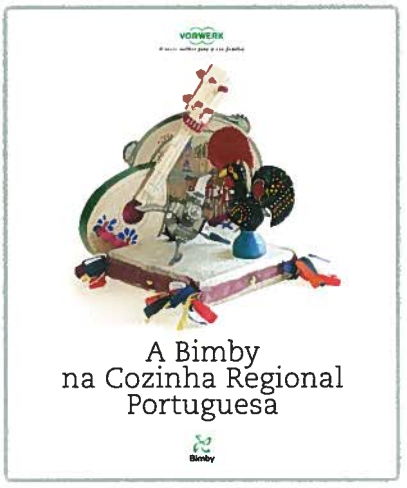
VORWERK

O nosso melhor para a sua família

A pensar no melhor para a sua família, queremos que a Bimby esteja presente em todos os momentos da sua vida...

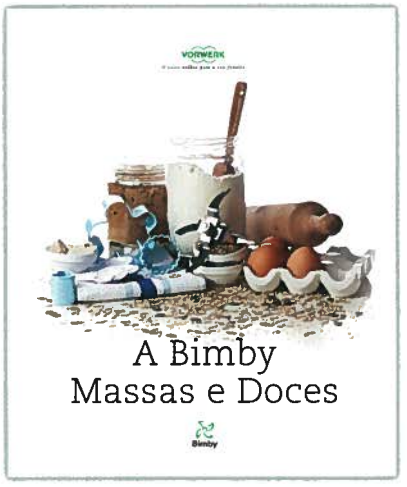
...desfrute as melhores receitas que publicamos em cada livro.

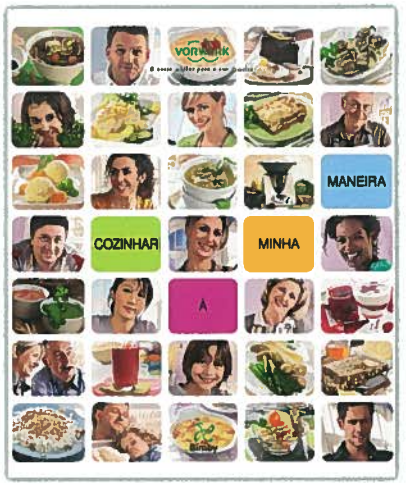












Estes títulos estão disponíveis e também podem ser seus.
Contacte o seu Agente ou a Delegação Vorwerk mais perto de si...

Bimby

ficha técnica

Propriedade
Vorwerk Portugal, Lda.
Vorwerk International Mittelsten Scheid & Co.

Direcção
Isabel Padinha

Direcção do Projecto
Laura Galhardo Simões

Assessoria do Projecto
Isabel d'Orey
Mónica Cunha e Sá

Assessoria Técnica | Receitas
Maria José de Resende
Conceição Coelho

Conceito
Brandscape, Leisure & Lifestyle Marketing

Food Styling
Interesse Desmedido

Fotografia
António Nascimento

Impressão
Palmigráfica
Casal do Saramago – Obras Novas
2584-908 Carregado | Portugal
Tel.: 263 850 000

Agradecimentos
Teresa Cravo, Suzana Mota, Margarida Mineiro
A todos os que directa
e indirectamente colaboraram
neste livro e o tornaram possível.

IKEA | Zona Industrial Alfragide,
Estrada Nacional 117 | Tel.: 21 470 50 50
Arte Rústica | R. Áurea, 246-248,
1000 Lisboa | Tel.: 21 342 111 27

2010 © Interdita a reprodução
de textos e imagens
por quaisquer meios.

Depósito Legal n.º 302351/ 09

VORWERK

O nosso melhor para a sua família

www.bimby.pt

Visite as nossas Delegações mais perto de si, onde será atendido, de modo cordial, seguro e sem complicações.

LISBOA | SEDE
Rua Quinta do Paizinho - Edifício Bepor
Bloco 2 - 2º Dto.
2790-237 Carnaxide
Tel.: 214 177 315 | Fax: 214 172 340

LISBOA | PARQUE DAS NAÇÕES
Rua das Vigias, Lt. 4.25.01 A, Piso 0,
Fracção B e C
1990-506 Lisboa
Tel.: 218 939 060 | Fax: 218 939 061

SINTRA
Recta da Granja
Empreendimento Granja Park, Loja nº 1
Campo Raso
2710-142 Sintra
Tel.: 219 100 170 | Fax: 219 100 171

OEIRAS
Lagoas Park - Edifício 7
2740-299 Porto Salvo
Tel.: 210 014 620 | Fax: 210 014 621

PORTO
Rua Manuel Pinto de Azevedo, nº 7
4100-321 Porto
Tel.: 226 199 410 | Fax: 226 199 411

SANTARÉM
Rua 31 de Janeiro, nº 56
2005-188 Santarém
Tel.: 243 377 030/38 | Fax: 243 377 039

PALHAIS | SUL DO TEJO
Quintas das Rebelas
Parque Industrial do Barreiro,
Rua João Lino, Armazém 1N, Palhais
2830-222 Barreiro
Tel.: 212 147 120 | Fax: 212 147 129

ALGARVE
Estrada Nacional 125
Quatro Estradas, nº 1
8125 - 204 Quarteira
Tel.: 282 002 270 | Fax: 282 002 279

Bimby

VORWERK

O nosso melhor para a sua família

REVISTA OFICIAL
Receitas que funcionam

Aniversários, Natal, Férias de Verão, Almoços em família, Jantares entre amigos, Ideias para os mais novos...

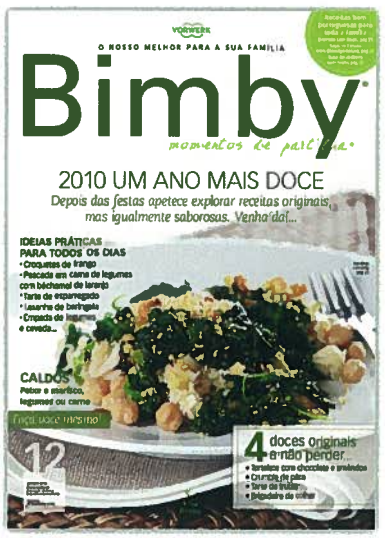
Temos uma revista a pensar em todos os momentos da sua vida...













Com esta revista vai utilizar a sua Bimby a 100%.
Contacte o seu Agente ou a Delegação Vorwerk mais perto de si...

Bimby

VORWERK

O nosso melhor para a sua família

2.ª Edição
Março 2010
€45

Bimby